



# Gemeinsam aktiv – Familie und Sport

Die Familie ist die Grundlage für unser Zusammenleben und für unsere Zukunft.  
Zugleich ist die Familie auf vielfältige Weise mit Bewegung, Sport und Spiel verbunden.



SPORT BEWEGT NRW!

# Inhalt

- 03 Vorwort
- 04 Familie und Sport im Wandel der Zeit
- 10 Familien Kaleidoskop
- 16 Älter werden in Familien in Bewegung
- 26 Vom familiengerechten Sport zum Familiensport
- 30 Familie und Sport im Verein
- 42 Die Zukunft eines familienfreundlichen Sportvereins

## Impressum

### Herausgeber:

Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.  
Referat Breitensport/Sporträume  
Friedrich-Alfred-Str. 25  
47055 Duisburg

Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des  
Landes Nordrhein-Westfalen  
Haroldstraße 4  
40213 Düsseldorf

### Konzeption und Text:

Prof. Dr. Harald Michels, FH – Düsseldorf, FB 6

### Inhaltliche Mitarbeit:

Prof. Dr. Manfred Wegner | Universität Kiel  
Dr. Klaus Balster | Sportjugend NRW  
Dr. Niels Logemann | Oldenburg  
Dipl. Architekt Jürgen Koch | Oldenburg  
Dipl. Päd. Susanne Töpfer | Berlin  
Dipl. Sportw. Dorothea Kukowka | Köln

### Redaktion:

Giesbert Aluttis | Ministerium für Familie, Kinder, Jugend,  
Kultur und Sport  
Anke Borhof | Landessportbund NRW  
Michael Heise | Landessportbund NRW  
Dirk Hoffmeier | Landessportbund NRW  
Prof. Dr. Harald Michels | FH – Düsseldorf, FB 6

### Graphische Konzeption und Gestaltung:

FH – Düsseldorf FB 2 Design  
Jana Behrendt | FH – Düsseldorf, FB 2 Design  
Stephan Schmotz | [www.entwurfswerk.de](http://www.entwurfswerk.de)

### Fotos:

Andrea Bowinkelmann, © Landessportbund NRW:  
Titel, Seite 7, 15, 27, 28, 29, 37, 41  
Fotos © Landessportbund NRW: Seite 9, 15, 16, 23, 25, 28, 37  
Johanna van Wissen, FH Düsseldorf: Seite 5, 15, 26, 38, 46  
Julia Amelung, FH Düsseldorf: Seite 5, 6, 7  
Stephan Schmotz: Seite 5, 6, 7  
Jana Behrendt: Seite 27, 29  
Christoph Schmotz: Seite 19, 41  
Deutsches Sport und Olympia Museum: Seite 4  
Sportbund Rheinland: Seite 24  
Deutscher Alpenverein: Seite 28

© Landessportbund NRW: Februar 2011

Auflage: 2.000 Exemplare

### Verleih und Informationen zur Ausstellung:

Landessportbund NRW  
Tom Lahtz  
Tel. 0203 7381-958  
E-Mail: [Tom.Lahtz@lsb-nrw.de](mailto:Tom.Lahtz@lsb-nrw.de)

# Vorwort

Familien bilden die Grundlagen einer zufriedenen Gegenwart und einer lebenswerten Zukunft. In Familien entwickeln sich die Grundstrukturen der persönlichen Individualität und der gesellschaftlichen Solidarität. Damit sind Familien unverzichtbare Netzwerke von Menschen, die einander achten, unterstützen und emotionale Sicherheit geben können. Dies gilt auch in einer Zeit, in der sich die Strukturen und Bindungen von Familien im Wandel befinden, sich vielfältige Formen von Familie herausgebildet haben und zahlreiche Herausforderungen die Leistungsfähigkeit von Familien auf die Probe stellen.

Trotz der Vielfalt unterschiedlicher Lebensformen ist die Familie kein „Auslauf-Modell“. Jüngste Untersuchungen in Nordrhein-Westfalen zeigen, dass die Sehnsucht nach einer Familie die Menschen aus allen Regionen, Nationalitäten, gesellschaftlichen Schichten, mit allen Bildungsabschlüssen und in jedem Alter vereint!

In Nordrhein-Westfalen haben sich die gesellschaftlich relevanten Gruppen mit dem „Memorandum für familiengerechte Kommunen“ zusammengeschlossen. Die Landesregierung hat dieses Bündnis für Familien als Grundlage für den Aktionsplan „Familie kommt an“ in Nordrhein-Westfalen weiter entwickelt.

Der Sport kann in diesem breiten Aktionsbündnis einen wichtigen Beitrag zu einer familienfreundlichen Kommune und Gesellschaft insgesamt leisten. Sportangebote können auf die differenzierten Lebensbedingungen, z.B. Alleinerziehender, berufstätiger Mütter und unterschiedlicher Bedürfnisse von Familienmitgliedern bezogen werden. Ein familienorientierter Sport unterstützt auch das aktive Zusammenleben in der Familie. Gleichzeitig bereichern und beleben Bewegung, Sport und Spiel das Familienleben. Die Möglichkeiten reichen vom informellen Bewegungsspiel in der Familie, z.B. Nachlaufen, Ballspiele, bis hin zu besonderen Familiensportangeboten wie beispielsweise Familienausflüge mit dem Rad, Familiensport-Turniere, Familien-Fitness-Kurse. Beim Familiensport sind einzelne Familienmitglieder gemeinsam aktiv, können sich mit anderen Familien treffen und untereinander verschiedenste Erfahrungen machen, Geselligkeit und Spaß erleben. Sportvereine haben bereits zahlreiche Angebote und Modelle des Familiensports entwickelt und bringen sich aktiv in das Bündnis für Familien ein.

Dieses Begleitheft zur Ausstellung „Gemeinsam aktiv – Familie und Sport“ macht die Bedeutung der Bewegung und des Sports für die Bedürfnisse und Wünsche von Familien sichtbar, regt zu bewegten Familien und zu familienfreundlichen Sportangeboten an.

Wir wünschen uns, dass die zahlreichen Anregungen und Hinweise auf großes Interesse stoßen.



*Bärbel Dittrich*

**Bärbel Dittrich**  
Vizepräsidentin Breitensport/Sporträume  
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen e.V.



**Prof. Klaus Schäfer**  
Staatsekretär im Ministerium für  
Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport  
des Landes Nordrhein-Westfalen

# Familie und Kindheit in der Vergangenheit

Die Familie bildet die Basis für unser soziales Leben in einer Gemeinschaft mit anderen Menschen. In der Familie wachsen wir auf und bleiben bestenfalls mit ihr ein Leben lang verbunden.



Doch das ideale Familienleben mit Menschen, die man liebt und mit denen man zudem in Verantwortung verbunden ist, bleibt meist ein Wunschbild. Die Realität sieht ganz anders aus. Immer mehr Menschen entscheiden sich heute für ein Single-Leben, verzichten trotz Partnerschaft auf Kinder oder leben allein erziehend mit ihren Kindern.

.....  
**Dabei haben sich die gesellschaftlichen Veränderungen immer schon auf die Familie ausgewirkt und sie verändert.**  
.....

Nicht nur jede Familie hat heute ihre einzigartige Geschichte, sondern auch die Familie als Sozial- und Idealform hat historische und kulturelle Geschichte. Die Familienbilder der Vergangenheit wirken bis in unsere Gegenwart. Sie sind aber auch Belege für den kulturellen Wandel der Familie, den wir für unser zukünftiges Zusammenleben aktiv gestalten können.

.....  
**In der vor- und frühindustriellen Gesellschaft (16. bis 18. Jh.) waren die Haushalte vor allem Wirtschafts- und Lebensgemeinschaften.**  
.....

Das »ganze Haus« war der Begriff für diese Lebensform, die stark durch ökonomische und weniger durch emotionale oder erzieherische Aktivitäten geprägt wurde. Zum Haus gehörten alle Menschen dieser Lebensgemeinschaft, auch das »Gesinde« und die »Hilfskräfte«, unabhängig von biologischer Verwandtschaft.

Selbst bei der Wahl des Partners standen nicht vorrangig emotionale Gründe im Vordergrund, sondern Arbeitsfähigkeit und -erfahrung. Das beamtete und freiberufliche





Bildungsbürgertum hingegen brachte das »bürgerliche Familienmodell« hervor.

In diesen Familien wurde das Erwerbsleben zeitlich und örtlich getrennt. An Stelle des »ganzen Hauses« trat nun die alleinige finanzielle Sicherung der Familie durch die Erwerbsarbeit des Mannes außer Haus. Die Frau wurde in die von produktiver Arbeit geschiedene Sphäre der »Hausarbeit« verwiesen, erhielt zunehmend eine dem Ehemann untergeordnete Rolle, fixiert auf Repräsentationsaufgaben, Mutterschaft und Gewährleistung von physischer und psychischer Geborgenheit vor den Härten des Erwerbslebens für den Ehemann.

.....  
**Die Art von Kindheit, wie wir sie heute in modernen Industriegesellschaften kennen, hat es nicht immer gegeben.**  
.....

In der mittelalterlichen und vorindustriellen Gesellschaft waren die emotionalen Bindungen an die eigenen Kinder schwach und vorwiegend durch ökonomische Sicherheitsaspekte geprägt. Kinder wurden bereits im Alter von vier bis fünf Jahren in die Arbeit mit überlangen Arbeitszeiten und unter gesundheitlichen Belastungen einbezogen. Der Fortgang des Lebens in der Gemeinschaft wurde durch Kinderreichtum gesichert. Die

proletarische Kindheit im industriellen Zeitalter war durch die Ausbeutung der Arbeitskraft des Kindes geprägt, die moralisch unproblematisch erschien.

Mit der Aufwertung des Bildungsgedankens im 18. Jahrhundert wurde Kindern eine herausgehobene Subjektivität zugeschrieben. Allerdings hat sich dieser Gedanke bis weit in das 19. Jahrhundert nicht als gesellschaftliche Realität für den größten Teil der Bevölkerung durchsetzen können. Kindheit als Schonraum individueller Entfaltung, als Zeit der Behütung und Bildung hatte lediglich Gültigkeit für Kinder des Adels, des Besitz- und Bildungsbürgertums sowie der wohlhabenden Bauernschaft. Erst die sozialstaatlichen Fortschritte – wie die Einführung des Acht-Stunden-Tages in der Weimarer Verfassung – haben das schichten- und milieübergreifende Modell der Kleinfamilie begünstigt.

# Sport im Wandel

Sport ist eine besondere, historisch gewachsene Bewegungsantwort auf die Herausforderungen des Lebens.



# 19. JH

Mit Sportaktivitäten und Sportorganisationen hat sich historisch ein kulturelles System von Bewegungsformen entwickelt, welches uns die Vielfalt möglicher Bewegungsaktivitäten erschließt. Diese Vielfalt und Bewegungskultur ist historisch gewachsen und hat sich einem stetigen Wandel unterzogen. In gleicher Weise wie sich die Familie geschichtlich verändert hat, so blickt auch der Sport auf seine geschichtliche Entwicklung und Wurzeln zurück. Zudem sind diese Diskurse oft miteinander verbunden gewesen. Sporttreiben bedeutete auch schon in der Vergangenheit, gemeinsam aktiv zu sein.

Die Bewegungskultur im 18. Jahrhundert ist geprägt von der Turnbewegung und dem Badetourismus. Gemeinsames Turnen mit der ganzen Familie war allerdings nicht das Anliegen des Deutschen Turnens, wie es Friedrich Ludwig Jahn entwickelte. Das Turnen war vorwiegend eine Domäne der »Jünglinge« und Männer. Dennoch wurden der Alltag und die Lebenseinstellungen ganzer Familien nachträglich von der patriotischen Idee des Turnens zu dieser Zeit geprägt. Das Familienturnen (Eltern-Kind-Turnen) hat seine Wurzeln jedoch nicht in der historischen Turnbewegung. Mit dem aufkommenden Badetourismus in den Seebädern hatten Familien eher bei Spiel und Bewegung ihren Badespaß.

Mit dem Einfluss des englischen Sports im 19. Jahrhundert auf die Turnbewegung und Leibesübungen gewannen Orientie-

rungen an objektiver Vergleichbarkeit von Leistung, systematischem Training sowie Standardisierung von Regeln innerhalb der Bewegungskultur in Europa immer mehr an Bedeutung.

.....  
**Der »sportliche Sport« des 19. Jahrhunderts strebt nach Höchstleistungen.**  
.....

Sport wurde zu einem tendenziell geschlossenen System von normierten und reglementierten Bewegungsaktivitäten, welches sich erfolgreich als olympischer Sport weltweit verbreitete. Dieser Sport, vornehmlich orientiert an Wettkampf und Vergleich, hatte zwar auch in der Familie Platz, jedoch erschwerten unterschiedliche Voraussetzungen und Interessen der verschiedenen Familienmitgliedern das gemeinsame Sporttreiben innerhalb der Familie.



# 20 JH D

Mit dem so genannten »Zweiten Weg«, der den vorherrschenden leistungssportlichen Weg ergänzen sollte, und der »Breitensportentwicklung« ab den 60er-Jahren öffnete sich der »sportliche Sport«.

.....  
**Der »Breitensport« des 20. Jahrhunderts orientiert sich an der Familie.**  
.....

Das Sportverständnis erneuerte sich, wurde breiter und vielfältiger. Bereits mit der Trimm-Dich-Bewegung in den 70er-Jahren wurde die Familie als »Zielgruppe« entdeckt, schließlich ging es um »Sport für alle«. Neue, oftmals eher spielerische Bewegungsaktivitäten wurden entwickelt, bekannte und traditionelle Sportarten wurden wiederum familiengerecht variiert. Für das Wochenende und den Urlaub konzipierte man Gelegenheiten für das Spielen, Bewegen und Sporttreiben mit der ganzen Familie. Die Spielfeste der Kampagne »Spiel mit« entwickelten sich seit dem Ende der 70er-Jahre zum Prototyp des Familiensportfestes.



# Sport bringt Bewegung in unser Leben!

Seien Sie ehrlich! Wie wichtig Sport – gerade mit Blick auf seine biologische, psychische und soziale Funktion – ist, wissen die wenigsten von uns.



„Die Familie ist die Grundlage für unser Zusammenleben und für unsere Zukunft. Zugleich ist die Familie auf vielfältige Weise mit Bewegung, Sport und Spiel verbunden!“

**Bärbel Dittrich,**  
Vizepräsidentin Breitensport/Sporträume  
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen e.V.

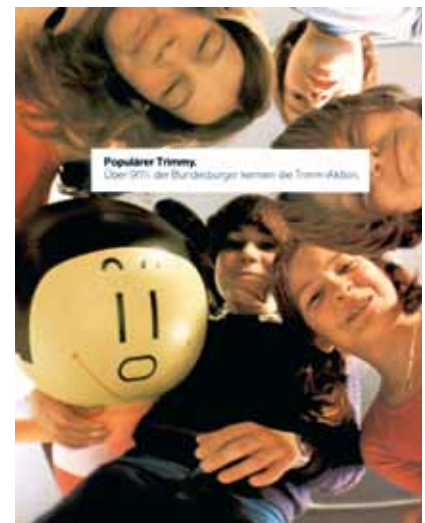
Bewegung gehört zum Leben wie die Luft zum Atmen. Ohne körperliche Aktivität würden wir nur wenig in unserem Leben bewegen und ohne bewegtes Lernen vieles nur wenig tatsächlich begreifen.

Bewegung ist Leben, wie Leben Bewegung ist! Der Bewegung können zahlreiche Funktionen für die menschliche Existenz zugeschrieben werden. Die biologische Funktion körperlicher Bewegung wird augenscheinlich, wenn wir uns physisch fit halten wollen. Bewegung unterstützt vor allem auch die sensorische, motorische und geistige Entwicklung. Psychische und soziale Funktionen der Bewegung werden deutlich, wenn wir uns über diese einen Ausgleich zum alltäglichen Stress verschaffen und wenn uns Bewegungskönnen zur Anerkennung anderer Menschen verhilft.

.....  
**Der »Sport von heute« trägt den Ansprüchen der modernen Familien Rechnung, indem er sie in ihrer Verschieden- und somit Einzigartigkeit erfasst.**  
.....

Vielfältig sind die möglichen individuellen Sinnfindungen, die wir mit Bewegung verknüpfen können: von der Suche nach





„Trimm Dich“ Kampagne - Mitte 1970

Geselligkeit über die Suche nach Grenzerlebnissen bis hin zur Selbstverwirklichung.

**Familien-sport ist gelebtes Miteinander in einer pluralistischen Gesellschaft.**

Die moderne Sportkultur hat eine vielfältige Landschaft von Bewegungs- und Spielaktivitäten hervorgebracht. Verändert haben sich ebenfalls die Familien, ihre Strukturen und Lebensbedingungen. Mitglieder unterschiedlicher Familienkonstellationen und Familienorientierungen finden im Sport ihren Ort der bewegten Lebensgestaltung: Kinder, Jugendliche, junge und ältere Erwachsene sowie Hochaltrige, welche bereits auf vier Generationen zurückblicken können. Jedes Familienmitglied hat die Möglichkeit, die Vielfalt des modernen Sports für sich zu entdecken. Der familiengerechte Sport nimmt dabei auf die je unterschiedlichen Rahmenbedingungen in den Familien – wie z.B. finanzielle Mehrbelastung von Familien oder Betreuungszeiten für Kinder – Rücksicht.

An Familien werden heute zahlreiche Anforderungen gestellt. Der familienwirksame Sport nimmt die Bedürfnisse und Wün-

sche von Familien ernst und versucht herauszufinden, was der Sport für Familien leisten kann. Insofern ist es sinnvoll, dass bei Sportanbietern durchaus Dienstleistungen und Aktivitäten – wie z.B. Ernährungsberatung, Zeitmanagement oder Mediation – in den Blick geraten, die sich nicht nur auf das Bewegungsangebot beschränken. Aber Familiensport ist mehr als die Summe des Sporttreibens der einzelnen Familienmitglieder. Lebensgemeinschaften brauchen Orte der Begegnung und gemeinsamer Aktivität.

Der Sport bietet die Möglichkeit zum gemeinsamen Erleben und kann so positiven Einfluss auf das Zusammenleben haben. Gemeinsam aktiv sein, beim gemeinsamen Sporttreiben in der Woche oder am Wochenende, im Verein, auf Fahrten und im Urlaub – das ist Familiensport!



# Zusammenleben in unserer heutigen Gesellschaft

Das Zusammenleben der Menschen hat sich in den letzten Jahrzehnten deutlich verändert. Großfamilie ade!

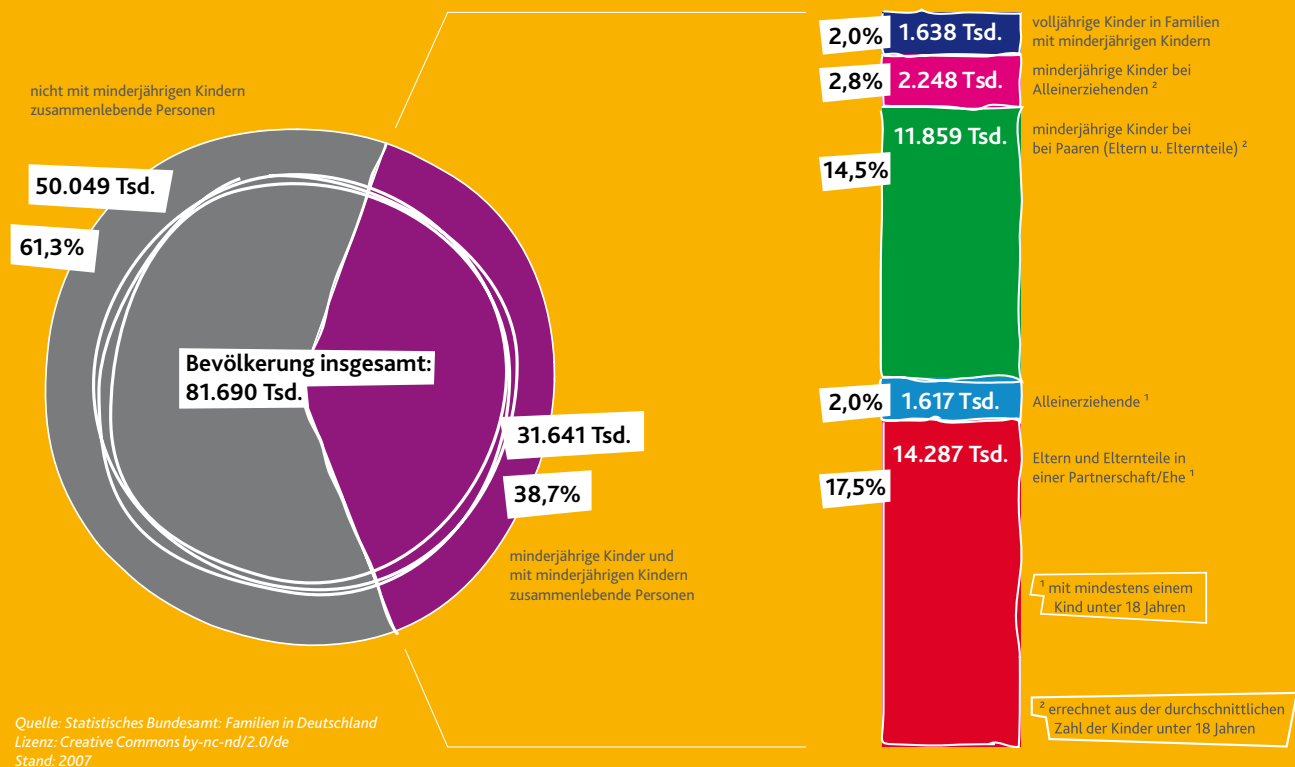
In nur einem Drittel aller deutschen Haushalte leben noch Kinder. 82 Millionen Deutsche leben insgesamt in etwa 40 Millionen so genannten Haushalten. Hier organisieren wir unseren Alltag, verbringen alleine oder mit anderen Lebensgefährten unsere Zeit. Der Anteil der Single-Haushalte, in denen nur eine Person ihr Leben verbringt, ist in den letzten Jahren genauso gestiegen wie die Zahl der Zwei-Personen-Haushalte ohne Kinder. Nur etwa ein Drittel der Haushalte sind heute Familien, d.h. es leben Kinder in der Hausgemeinschaft. 1972 lag dieser Anteil noch bei 46%!

## Partnerschaft? Ja! – Kinder? Lieber nicht!

Immer mehr Menschen entscheiden sich in unserer heutigen Gesellschaft für ein Leben ohne Kinder. Werden nur Familien mit mindestens einem minderjährigen Kind betrachtet, so lebten im Jahr 2006 lediglich 38,7 % der Bevölkerung als Elternteil oder Kind in einer Familie (31,6 Millionen). Zehn Jahre zuvor lag dieser Anteil deutschlandweit noch bei 42,7 %. Lebten 1972 noch 68% der Gesamtbevölkerung in einem Haushalt mit Kindern, waren es 2006 nur noch ca. 50% der Menschen in Deutschland. Die Gesamtzahl der Familien mit minderjährigen Kindern ist auch in den jüngsten Jahren weiter zurück gegangen und zwar um 13%, von 9,4 Millionen Familien 1996 auf 8,2 Millionen 2009. Diese Zahlen sind weiter rückläufig: Dies wird auch anhand der Geburtenzahlen deutlich. Mit durchschnittlich knapp 1,38 Geburten pro Frau wird die Zahl (2,1), die zum zahlenmäßigen Erhalt der deutschen Bevölkerung notwendig wäre, bei weitem unterschritten. (2,5 war die Geburtenziffer der „Nachkriegszeit“ in der BRD. Bevölkerungsstatistiker erwarten bei unveränderten Geburtenraten einen Bevölkerungsrückgang um 13 Millionen Menschen bis zum Jahre 2050!

# Eltern und Kinder

In absoluten Zahlen und Anteile an der Bevölkerung in Prozent, 2006



Die Anzahl von Paaren, die in einer nichtehelichen Lebensgemeinschaft leben, nimmt stetig zu. Von den 2,7 Millionen nichtehelicher Lebensgemeinschaften in Deutschland hat ein knappes Drittel Kinder.

Beim Zusammenleben verzichten immer mehr Deutsche auf Trauschein und »Gottes Segen«.

Im Vergleich dazu hat knapp die Hälfte der 18,3 Millionen Ehepaare Kinder. Die Ehe als vorherrschende Form der partnerschaftlichen Lebensgemeinschaft hat nicht nur durch die Zunahme nichtehelicher Partnerschaften Konkurrenz bekommen, sondern sie hat auch nicht mehr den Status der unbedingt lebenslänglichen Verbindung von Lebenspartnern. Seit den 1960er-Jahren nimmt die Zahl der Ehescheidungen kontinuierlich zu. Mehr als ein Drittel der Eheschließungen werden im Laufe der Zeit wieder aufgelöst.

Von den 8,2 Millionen Familien mit Kindern in Deutschland setzt sich die große Mehrheit (72%) aus verheirateten Eltern zusammen. Diese dominante Lebensform der Familie ist zunehmend durch alternative Lebensformen der Familie ergänzt worden. Von allen Familien im Jahre 2009 waren etwa 19% Allein-

erziehende. Bedingt durch neue Beziehungen nach Trennungen und Scheidungen entstehen auch zunehmend so genannte »Patchwork-Familien«, in denen Eltern mit ihren Kindern aus vergangenen Partnerschaften zusammenleben.

In der heutigen Zeit bekommt die »traditionelle Familie« zusehends durch alternative Lebensformen des Zusammenlebens Konkurrenz.

In diesem Zusammenhang bestimmt heute nicht allein die biologische Abstammung, wer zur Familie gehört, sondern vielmehr die gemeinsame Verantwortung für die Kinder im Sinne der verantworteten Elternschaft. Der Wandel in Gesellschaft und Arbeitswelt bedingt auch die weitere Differenzierung von Lebensformen: So macht die beruflich erforderliche Mobilität für manche Familien das Leben an zwei Wohnsitzen notwendig. Der Wandel von Familien(formen) stellt diese auch vor neue Herausforderungen, die Folgen des Wandels in zufriedene und gesunde Familienbeziehungen zu überführen.

# Familienformen heute

Sowohl die Vorstellung, was eine Familie ausmacht, als auch die Struktur einer »klassischen Familie« sind historisch gewachsen.

Was aber ist die »klassische Familie«? Und wie sieht die heutige »Idealvorstellung« einer Familie aus? Dies sind Fragen, die gerade in unserer Zeit nicht einfach zu beantworten sind. Nach traditioneller Auffassung des bürgerlichen Familienideals bedeutet Familie eine auf Dauer angelegte Verbindung von Mann und Frau, eine gemeinsame Haushaltsführung mit den gemeinsam gezeugten Kindern. Diese traditionelle Vorstellung einer Familie entspricht auch der gegenwärtigen Auffassung, was eine Familie per Definitionem ausmacht. Allerdings wird die Konkurrenz alternativer Lebensformen immer deutlicher.

## Eine Lebensgemeinschaft mit Kindern nennen wir heute Familie.

Als Minimaldefinition der Familie kann eine Eltern-Kind-Beziehung mit mindestens zwei Generationen und mindestens zwei Personen, die eine Haushalts- und Lebensgemeinschaft bilden, beschrieben werden. Dieser weit gefasste Familienbegriff geht über das noch in den 1950er / 1960er-Jahren dominierende »bürgerliche« Bild der Kernfamilie in Mitteleuropa, in der zwei Ehegatten mit ihren unverheirateten Kindern zusammenleben, deutlich hinaus. Familie wird jedoch nicht nur durch biologische Verwandtschaft definiert. So bilden auch jene Eltern mit

ihren Kindern eine Familie, deren Kinder adoptiert sind. Durch die biologisch-soziale Doppelnatur der Familie übernimmt sie die Nachwuchssicherung und die Erziehung ihrer Angehörigen. Dies schließt die alltägliche Versorgung mit den lebensnotwendigen Gütern ebenso ein wie die Vermittlung von Werten und Einstellungen zur individuellen Lebensgestaltung.

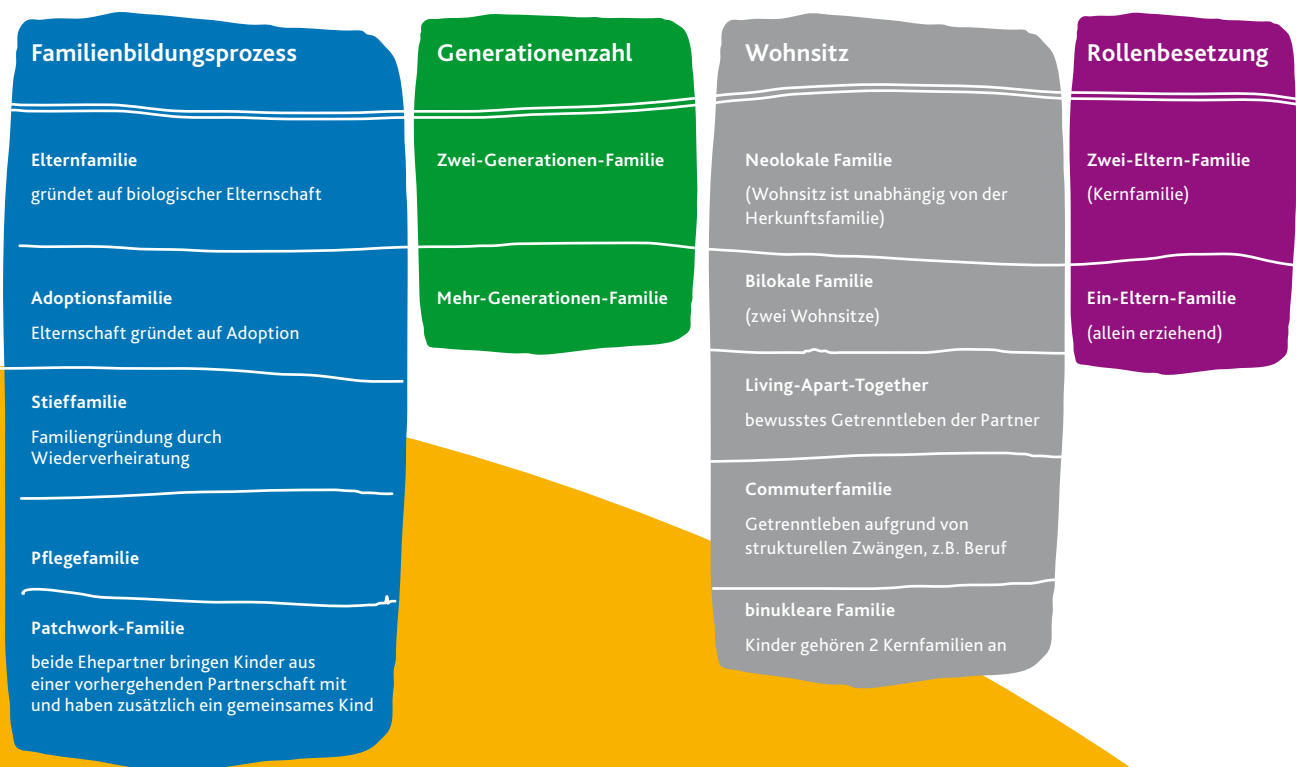
## Kriterien von »damals« sind nicht mehr in der Lage, moderne Familienstrukturen zu erfassen.

Zwar bestehen Familien aus Mitgliedern mindestens zweier Generationen, aber nicht notwendigerweise aus Menschen unterschiedlichen Geschlechts. Damit bilden auch gleichgeschlechtliche Paare mit Kindern eine Familie. Ferner ist die Ehe kein notwendiger Bestandteil von Familie, und die Generationendifferenzierung kann sich auch auf die Großeltern-Enkel-Beziehung erstrecken.

## Familie kann ein Ort der Geborgenheit sein.

In Familien werden besondere Kooperations- und Solidaritätsverhältnisse entwickelt. Neben der ökonomischen Sicherheit, welche sich durch das Familienverhältnis für seine Mitglieder er-

# Familienformen



geben sollte, sind die emotionalen und intimen Beziehungsverhältnisse in der Familie von besonderer Bedeutung. Hier kann sich Familie als »Anker«, »Wurzel«, »Heimat« und vieles mehr entwickeln, also alledem, was Menschen zur sozial-emotionalen Gestaltung ihres individuellen Lebens benötigen.

halb nicht von einer Pluralisierung gesprochen werden. Die Familie mit verheirateten Eltern dominiert immer noch unter allen Familienformen. Alternative Familienformen mögen zwar statistisch Normalität geworden sein, im Alltag sind hier allerdings noch zahlreiche Vorbehalte und Schwierigkeiten spürbar.

Trotz einer Vielzahl von konkurrierenden Familienformen ist das Vorherrschen der Kleinfamilie, bei der die Eltern verheiratet sind, unübersehbar. Dies gilt auch in unserer multikulturellen Gesellschaft, in der das Familienbild zunehmend durch Deutsche mit Migrationshintergrund mit bestimmt wird!

Die These, dass sich die moderne Familie immer stärker zu einer Vielfalt unterschiedlicher Familienformen ausdifferenziere, ist in dieser Form nicht haltbar. Denn zu allen Zeiten gab es diese Variationsbreite unterschiedlicher Familienformen. Nur wird heute zu stark von dem Ideal der bürgerlichen Familie ausgegangen, die in der Mitte des letzten Jahrhunderts in Mitteleuropa eine äußerst weite Verbreitung hatte. Was die verschiedenen Familienformen in der bundesrepublikanischen Gesellschaft betrifft, so hat es hier zwar eine Abnahme bürgerlicher Kernfamilien zugunsten von nichtehelichen Lebensgemeinschaften mit Kindern und Alleinerziehenden gegeben, jedoch kann des-



# Gemeinsam aktiv – geht das?

Familien und ihre Mitglieder sind in zahlreiche andere Systeme des alltäglichen Lebens eingebunden. Ohne ein effektives Zeit- und Interessenmanagement läuft in der Familie von heute nichts mehr.

Berufliche Verpflichtungen müssen mit häuslichen Arbeiten, eigene Freizeitwünsche der Eltern mit den Freizeitaktivitäten der Kinder koordiniert werden, den Urlaub wiederum gilt es auf die Ferienzeiten der Schulen abzustimmen und vieles andere mehr. Ein aktives Familienleben ist auf die zeitliche Synchronisation der verschiedenen Anschlusssysteme, gemeint sind etwa Arbeitszeiten, Öffnungszeiten in Handel und Verwaltung sowie das Zeitsystem der Erziehungs- und Bildungseinrichtungen, angewiesen. Terminpläne von Eltern und Kindern dahin gehend aufeinander abzustimmen, dass Zeit für gemeinsame Aktivitäten bleibt, ist zunehmend eine Herausforderung moderner Lebensführung in Familien.

.....  
**Wo ist aber bei einer zunehmenden Organisation der Kindheit mit Terminkalender Raum, Zeit und Platz für das spontane Spiel?**  
.....

Familien müssen wahre »Zeitjongleure« sein! Die Wahrnehmung von Freizeitangeboten führt oft zu einem vollen Terminkalender der Kinder und Mütter, die ihre Sprösslinge von einer Institution zur nächsten fahren. Dieser Zustand einer immer stärkeren Zerfaserung kindlicher Freizeitaktivitäten wird auch als die »Verinselung der Kindheit« bezeichnet. So genannte »Familienkalender« machen die verplanten Zeitfenster von Familien sichtbar und helfen bei der Abstimmung der Termine. Neben der planvollen Zeitsynchronisation sollte in der Familie

genügend freie Zeit übrig bleiben, die Gelegenheit für spontane Aktivitäten bietet, aber auch Erholung und Entspannung ermöglicht.

Daneben helfen Rituale in der Familie, dass bei dem immer schwieriger werdenden Zeitmanagement auch gemeinsame Aktivitäten der Familienmitglieder ihren festen Platz haben. Dies können sowohl gemeinsame Mahlzeiten als auch gemeinsame Freizeit- und Sportaktivitäten sein. Um gemeinsam aktiv werden zu können, bedarf es nicht nur der Synchronisation von gemeinsamer Zeit, sondern auch der Abstimmung der Interessen einzelner Familienmitglieder. Denn gemeinsame Familienaktivitäten dürfen keinen Zwangscharakter haben, sondern müssen stets Rücksicht auf die verschiedenen Wünsche und Bedürfnisse der Familienmitglieder nehmen.

.....  
**Die geschlechtsspezifische Arbeitsteilung im Haushalt geht auch in Zeiten der weiblichen Emanzipation noch oft zulasten der Frauen.**  
.....

Nach wie vor gibt es in den meisten Familien eine geschlechtsspezifische Arbeitsteilung, wie sie bereits mit dem Ideal der bürgerlichen Familie proklamiert wurde. In diesem Familienmodell wird die Frau auf den häuslichen Innenbereich und der Ehemann auf den öffentlichen Bereich, den so genannten Außenbereich der Familie, verwiesen. Die Arbeitsteilung in Familien mit erwerbs-



tätigem Vater und nicht erwerbstätiger Mutter verteilt sich, mit gut 7 ¼ Stunden unbezahlter mütterlicher Arbeit im Vergleich zu 3 Stunden unbezahlter väterlicher Arbeit, quantitativ eindeutig zulasten der Frau. Sofern beide Eltern erwerbstätig sind, arbeitet die Mutter immer noch knapp 5¼ Stunden unbezahlt in der Familie und der Vater 2¾ Stunden. Die Differenz zwischen den Eltern nimmt zwar in Bezug auf die unbezahlte Familienarbeit ab, bleibt aber dennoch bestehen. Vergleicht man die Zeitverwendung von Müttern in unterschiedlichen Familienformen, dann fällt auf, dass allein erziehende Mütter einen um 1¾ Stunden höheren ökonomisch bedingten Aufwand an Erwerbsarbeit haben, als diejenigen Mütter, welche mit einem Partner zusammenleben. Dieser Mehraufwand geht u.a. zu Lasten der Kinderbetreuung.

.....  
**Da immer mehr Mütter berufstätig sind, werden gut durchdachte Kinderbetreuungsangebote immer wichtiger.**  
.....

Das Aufbrechen des bürgerlichen Familienmodells führte u.a. zu einer Befreiung der Frauen aus der Ausschließlichkeit der Mutterrolle bei gleichzeitiger Ausrichtung auf die Berufstätigkeit. In den letzten Jahrzehnten ist deshalb auch eine starke Veränderung in den Erwerbsbeteili-

gungsquoten von Müttern zu beobachten. Im Jahr 2006 waren 54 % aller Mütter aktiv erwerbstätig, 1972 hingegen waren es nur knapp 40%. Allerdings wird die Erwerbsbeteiligung von Müttern stark vom Alter der Kinder beeinflusst, d.h. mit abnehmendem Alter sinkt auch die Erwerbsbeteiligung. Ausreichende Kinderbetreuungsangebote sind entsprechend dieser Tendenz wichtige Voraussetzungen zur Vereinbarkeit von Kindererziehung, Erwerbsarbeit und Familie.



# Familie als Ort erster Bewegungserlebnisse



Kinder brauchen Bewegung, denn durch Bewegung entdecken und begreifen bereits Neugeborene ihre Umwelt und sich selbst, erfahren Liebe und Geborgenheit.



Die Bewegungsentwicklung von Neugeborenen, Säuglingen und Kleinkindern vollzieht sich in rasanten Schritten. Sind die ersten Bewegungen noch unkoordiniert und nicht zielgerichtet, können schon nach wenigen Wochen Handbewegungen und Auge miteinander gekoppelt werden. Nach einigen Monaten kommen die Kinder dann verstärkt in Bewegung: Sie beginnen zu krabbeln, erlernen das Stehen und Gehen, erproben und erkunden ihre Möglichkeiten. Sie treten durch Bewegung und körperliche Berührungen in Kontakt mit anderen Menschen, verständigen sich, entwickeln Erkenntnis und Verstehen über eigenes Erkunden, Erfinden, Rekonstruieren und Wiederentdecken.

.....  
**Eltern sollte stets klar sein, dass sich ihr eigenes Verhalten schon im Säuglingsalter nachhaltig auf die Entwicklung ihres Babys auswirkt.**  
.....



Die Bewegungsentwicklung wird bereits in den ersten Lebensmonaten und -jahren durch hemmende oder fördernde Bedingungen erheblich beeinflusst, so dass unterschiedliche Entwicklungsverläufe in wissenschaftlichen Vergleichsstudien nachgewiesen werden konnten. Eltern sind die ersten und wichtigsten Entwicklungshelfer ihrer Kinder – dies gilt auch für die Bewegungsentwicklung. Ein körper- und bewegungsfreundlicher Erziehungsstil der Eltern wirkt sich auf die motorische Entwicklung der Kleinkinder positiv aus. Erziehung ist Beziehung! Anregende Umgebungsbedingungen, Materialien, Raum zur Bewegungserkundung sind dann besonders wirksam, wenn Eltern sich mit Lust an der Bewegung auf die spielerische Initiierung



„Der Stolz auf die eigene sportliche Leistung wird von der Freude über die ersten Schritte des eigenen Kindes noch übertroffen!“

Heike Henkel,  
*Olympiasiegerin im Hochsprung und Mutter von 3 Kindern*

von Bewegungsimpulsen (z.B. Grimassen schneiden, Imitation fördern) mit ihren Kindern einlassen. Untersuchungen zeigen, dass zwei- bis dreijährige Kleinkinder, die Spielmaterial und Spielräume weniger nutzen und deren Mütter zugleich zu einem überbehütenden und autoritativen Erziehungsstil neigen, geringere motorische »Testleistungen« im Vergleich zu Kindern mit einer intensiveren Material- und Raumnutzung und Müttern mit toleranteren Erziehungseinstellungen zeigen. Väter und Mütter können dabei zugleich durch Bewegung selbst Spaß haben und an der Interaktion mit den Kindern aktiver partizipieren.

.....  
**Wie vielfältig und positiv frühes, gemeinsames Erleben für Eltern und ihre Babys sein kann, veranschaulicht das Beispiel »Babyschwimmen« in aller Deutlichkeit.**  
.....

Bereits wenige Wochen nach der Geburt ist es möglich, dass Babys mit ihren Eltern am Babyschwimmen teilnehmen. Im nassen Element können die Säuglinge gemeinsam mit Mutter und/oder Vater das im Embryonalstadium erlebte Element Wasser »neu entdecken«. Wasser stimuliert die Bewegungs- und Wahrnehmungsfähigkeit der Babys, vermittelt neue Eindrücke und fördert die geistige Aufnahmefähigkeit.

Um dieses gemeinsame Erleben im Wasser in seiner ganzen Komplexität zu erfassen, darf Babyschwimmen nicht als Schwimmen im eigentlichen Sinne verstanden werden, sondern als eine Art Spielplatz für Bewegungs-, Material- und Sozialerfahrungen. Durch die gemeinsame Aktivität und den

intensiven Körperkontakt wird zudem die innige Beziehung zwischen den Babys und Eltern gefördert.

.....  
**Gut für Eltern und Kinder: PEKIP - Das Prager-Eltern-Kind-Programm fördert die Entwicklung und Beziehung.**  
.....

Es ist nicht einfach, die Sprache der Babys zu verstehen. Besonders junge Familien müssen erst lernen, die Bedürfnisse von Säuglingen wahrzunehmen und einschätzen zu können. Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKIP) wurde in den 70er-Jahren entwickelt und wird heute inzwischen von zahlreichen Gruppen angeboten. Es basiert auf der Durchführung von Bewegungsspielen, welche das Baby in seiner Entwicklung unterstützen. Darüber hinaus fördert es die Eltern-Kind Beziehung, da die Eltern gemeinsam mit ihren Babys spielen. Der Austausch der Eltern untereinander ermöglicht diesen zudem ein Kennenlernen unterschiedlicher Erfahrungen und konkreter praktischer Tipps aus dem Kontext der alltäglichen Erziehungspraxis. Und die Babys wiederum begegnen bei ihren Bewegungsspielen anderen Babys und Erwachsenen: So erweitert sich bereits in den ersten Lebensmonaten die Welt der sozialen Kontakte ganz erheblich.

# Kinderwelt ist Bewegungswelt

Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang, wollen Toben, Rennen, Klettern, Springen und Balancieren. Eine vielfältige und anregende Bewegungsumwelt ist daher für die gesunde kindliche Entwicklung von großer Bedeutung.

Doch die Bewegungsumwelt für Kinder hat sich in den letzten Jahrzehnten erheblich verändert. Besonders in den Städten sind die natürlichen Bewegungs- und Spielmöglichkeiten für Kinder durch bauliche Einschränkungen deutlich zurückgegangen. Hinzu kommt der erhöhte Medienkonsum bereits im frühen Kindesalter. Das lange Sitzen vor dem Computer oder Fernseher, aber auch das lange Sitzen in der Schule bremsen den ursprünglichen Bewegungsdrang der Kinder.

.....  
**Entwicklungsstörungen aufgrund mangelnder Bewegung sind keine Seltenheit.**  
.....

Die so »ausgebremsten« Kinder reagieren immer häufiger mit auffälligen Verhaltensweisen und gesundheitlichen Beschwerden. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass Kinder häufiger als in vergangenen Jahren bestimmte motorische Fähigkeiten nicht mehr in vergleichsweise ausreichendem Umfang erreichen. So kommen beispielsweise immer öfter Kinder in die Schule, die noch nicht schwimmen können. Sie weisen zudem verstärkt konditionelle und koordinative Schwächen auf.

.....  
**Was gilt für Eltern? Interessiert sein und mit gutem Beispiel vorangehen!**  
.....

Die Mehrzahl der Eltern ist den (sportlichen) Bewegungsaktivitäten ihrer Kinder gegenüber aufgeschlossen. Verschiedene Untersuchungen zeigen zumeist einen deutlichen Zusammenhang zwischen den Einstellungen zum Sport bzw. Sportaktivitäten

der Eltern und den Bewegungsaktivitäten der Kinder, welche sich wechselseitig beeinflussen: Kinder von sportaktiven Eltern sind auch häufiger bewegungsaktiver als Kinder sportinaktiver Eltern. Eltern führen ihre Kinder oftmals in Sportarten ein, die sie selbst betreiben. Aber auch der umgekehrte Fall ist zu beobachten: Eltern werden in die Sportaktivitäten der Kinder mit einbezogen (z.B. als Fahrer oder Betreuer), und auf diese Weise können sportliche Interessen der Eltern wieder erweckt werden.

.....  
**Altersgleiche Gruppen und spezielle Sportangebote für Kinder ergänzen den Familiensport. Und das ist gut so!**  
.....

Auch wenn besondere Angebote wie das Eltern-Kind-Turnen das gemeinsame Bewegen von Familien ermöglichen, so kommen gemeinsame Bewegungsaktivitäten eher sporadisch zustande. Beim Bewegungsspiel in der Familie wird u.a. gemeinsam gelaufen, Rad gefahren und Ball gespielt. Es werden erste Sportspiele erprobt und geturnt. Bei regelmäßigen Bewegungsaktivitäten der Kinder zeigt sich, dass mit zunehmendem Alter die Bedeutung außerfamiliärer Gruppen zunimmt. Der Einfluss der Familie auf das Sporttreiben der Kinder wird im Laufe der Jahre durch den Einfluss Gleichaltriger, Lehrer und Trainer abgelöst. In der Freizeit der Kinder sind besonders die Aktivitäten mit altersgleichen Freunden mit Bewegungsaktivitäten gekoppelt. Bewegungsspiele (z.B. Hüpf-, Verstecken-, Fange-, Cowboy- und Indianerspiel), Aktivitäten mit Fortbewegungsmitteln (z.B. mit Roller, Dreirad, Fahrrad, Rollschuhen), Ballspiele und – mit fort-





schreitendem Alter – auch mit sportlichen Elementen durchsetzte Aktivitäten (z.B. Fußballspiele auf dem Bolzplatz) sind beliebte Tätigkeiten von Kindern in ihren Freundesgruppen.

.....  
**Eltern sollten die Teilnahme ihrer Kinder an Sportangeboten stets positiv unterstützen.**  
 .....

Neben den Sportaktivitäten in der Schule sind es vor allem die Sportangebote in den Vereinen, die nachhaltig die Bewegungswelt der Kinder prägen. Über 51% der Kinder im Alter bis 14 Jahren sind Mitglieder in einem Sportverein. Eltern unterstützen und fördern dabei die Sportaktivitäten ihrer Kinder auf vielfältige Art und Weise. Sie nehmen Einfluss auf die Wahl des Sportangebots, können das Sporttreiben durch Wertschätzung und Anerkennung unterstützen, aber auch durch unangemessene Leistungserwartungen negativ beeinflussen. Hinzu kommen »elterliche Dienstleistungen« für den Transport zu den Trainings- und Wettkampfstätten oder die Abstimmung des Familienalltags auf die »Sporttermine« der Kinder.

.....  
**Alt und bewährt: Eltern-Kind-Sportgruppen sind die Klassiker des Familiensports.**  
 .....

Bereits in den 70er-Jahren entwickelten sich Eltern-Kind-Turngruppen, welche das gemeinsame Bewegungserlebnis von Kindern und ihren Eltern in den Mittelpunkt stellten. Im gemeinsamen Spiel mit zahlreichen Anregungen, Materialien und Gerätelandschaften erleben sich Kinder und Eltern gemeinsam

bei der Bewältigung zahlreicher Herausforderungen. Angeleitet von qualifizierten Übungsleitern sind diese Angebote besonders auf die Entwicklung und das Bewegungsbedürfnis der Kinder ausgerichtet. Familien, wobei besonders die Mütter zu nennen sind, nutzen dieses Angebot oft mit all ihren Kindern und führen sie auf diese Weise zugleich an den Sportverein als Institution heran.

.....  
**Hätten Sie es gewusst? So genannte »Bewegungskindergärten« verbinden Betreuung, Erziehung und Bewegung.**  
 .....

Die Betreuung und gleichzeitig angemessene Erziehung ist für Familien ein wichtiges Anliegen. Hortangebote und Kindergärten nehmen daher in der Vereinbarkeit von Familien- und Kinderinteressen einen wichtigen Stellenwert ein. In Bewegungskindergärten wird die motorische Entwicklung besonders gefördert. Sportvereine sind mit ihren Bewegungskindergärten Partner der Familien als nachhaltige bewegungsfreundliche »Unterstützungs-oasen«. Neben der gängigen Förderung der Kinder werden hier sowohl durch Bewegungsräume als auch durch Spiel- und Bewegungsmaterialien bewegungsfreundliche Rahmenbedingungen geschaffen. Besonders bewegungspädagogisch qualifizierte Erzieherinnen und Erzieher regen verstärkt Bewegungsaktivitäten an und leiten in den Kindergärten spezielle Förderangebote.

# Familie als Nische und Widerstandsort für Jugendliche

Mit dem Eintritt in die Jugendphase ihres Lebens beginnt für die Heranwachsenden der Kampf um soziale, ökonomische und sexuelle Autonomie.

Jugend ist eine eigenständige Lebensphase mit besonderen Entwicklungsaufgaben und Herausforderungen. Mit zunehmender Selbstständigkeit entwickeln Jugendliche eigene Identität, Lebenskonzepte und Wertvorstellungen. Durch die Bildungsreform und die derzeitige Arbeitsmarktsituation hat sich die ökonomische Eigenständigkeit weiter ins spätere Lebensalter verschoben. Jugendliche leben aus diesem Grund wieder länger bei ihren Eltern. Der Gewinn ökonomischer Unabhängigkeit erfolgt wesentlich später als die Autonomie im Bereich der Freizeitgestaltung, der Sexualität und des Konsumverhaltens.


.....  
**Familie erweist sich für Jugendliche als Ort der Spannung – aber auch des Rückhalts.**  
.....

Die Lösung von familiären Strukturen ist für Jugendliche ein wichtiger Schritt zur Entwicklung der eigenen Identität. Familie ist in diesem Sinne auch ein Widerstandsort von Jugendlichen, an dem sich Differenzen und Unterschiedlichkeiten in der Auseinandersetzung mit den Eltern fast notwendigerweise ergeben müssen. Veränderte Interessen, Bedürfnisse und gegebenenfalls zunehmende Meinungsverschiedenheiten mit den Eltern veranlassen Jugendliche, verstärkt ihre eigenen Wege zu gehen. Die Bedeutung der Familie für die Jugendlichen verschiebt sich, bleibt aber entgegen vieler Befürchtungen weiterhin der wichtigste Rückhalt für die nicht nur ökonomische, sondern auch sozial emotionale Entwicklung: Familiäre Wertschätzung und Anerkennung können Jugendlichen eine wichtige Unterstützung bei ihrer weiteren Entwicklung und optimistischen Lebensführung sein.

.....  
**Auf der Suche nach Anerkennung verbringen Jugendliche ihre Freizeit verstärkt mit Freunden.**  
.....

Mit der tendenziellen Loslösung von der Familie gewinnen Gruppen von altersgleichen Jugendlichen (peer groups) und alternativen Jugendkulturen immer mehr an Bedeutung. Der Freizeit-, Medien- und Konsumbereich steht bei diesen Aktivitäten verstärkt im Mittelpunkt. Hier suchen bereits ältere Kinder, aber besonders Jugendliche in den »peer groups« ihre Orientierung, erhalten eine Rückmeldung und bestenfalls Anerkennung für ihr Verhalten, die sie auf diese Weise nicht in der Familie erhalten können. Wichtige Sozialisationsprozesse gehen mit dieser Entwicklung einher. Mit Freunden zusammen sein, etwas gemeinsam zu unternehmen, sind die Freizeitaktivitäten, die in allen Jugenduntersuchungen an der Spitze stehen. Jugendliche unterliegen in der Adoleszenz und Pubertät vielen körperlichen Veränderungen, die oft als belastend





empfunden werden und sich in Unsicherheit zeigen. Die Wahrnehmung des Körpers steigt. Dieses Phänomen spiegelt sich auch im Freizeitverhalten und Sporttreiben wider.

.....  
**Körperinszenierungen wie Tattoos, Piercings oder ein geformter Körper sind Ausdruck der Identitätsbildung.**  
.....

Der Körper wird zum Medium des eigenen Ausdrucks und jugendlichen Lebensstils. Von gestalteten Körpern mit Tattoos und Piercings über trendige und szenorientierte Kleidung bis hin zur Körperperformance in Fitnessstudios geht die vielfältige Palette der Körperbilder.

.....  
**Sport entwickelt sich zum Kristallisationspunkt jugendlicher Freizeitgestaltung – Eltern bleiben aber oft außen vor.**  
.....

Sport spielt im Freizeitleben der Jugendlichen eine zentrale Rolle. Im informellen Freizeitbereich werden die körper- und bewegungsorientierten Aktionen mit dem Wunsch nach Autonomie und nach Aktivitäten mit Gleichaltrigen verbunden. Besonders in den Trend- und Erlebnissportarten können Jugendliche mit nicht genormten Bewegungsformen eigene Stile und Bewegungsantworten kreieren. Die Sportaktivitäten werden vielfach zu Inszenierungen mit bestimmter Musik, Mode, Symbolen und besonderem Sprachgebrauch. So entwickeln sich Sportszenen, mit denen sich Jugendliche identifizieren und in denen sie Zugehörigkeit und Anerkennung finden können. In diesen jugendlichen Sportszenen hat die Familie keinen Platz. Hier wollen Jugendliche unter sich sein! Besonders

für den am Wettkampf orientierten Breitensport (z.B. Fußball, Handball, Turnen) hat der Vereinssport für Jugendliche eine herausgehobene Bedeutung.

.....  
**Der Sportverein ist unter den Jugendorganisationen unangefochten die Nr. 1.**  
.....

Hier können sich Jugendliche über den Erfolg ihrer körperlichen Aktivität ihr Selbstbewusstsein aufbauen. Aber auch die Bedeutung des Sportvereins als Kontakt- und Aktivitätssort mit Gleichaltrigen sowie anderen Gruppen ist nicht zu unterschätzen. Allerdings steigt mit zunehmendem Alter die Zahl der Jugendlichen, welche den Sportvereinen den Rücken zukehren und austreten. Es wächst der Anspruch an den Verein, dass die Jugendlichen die Möglichkeit erhalten, sich einzubringen und Verantwortung zu übernehmen. Der Verein soll und kann darauf auf ihre Wünsche und Bedürfnisse eingehen.

.....  
**Familien-sport mit Jugendlichen wird von Eltern und Kindern zumeist gleichermaßen als problematisch empfunden – ist aber nicht unmöglich!**  
.....

Die entwicklungsbedingten Merkmale der Jugendphase lassen die Realisierung des gemeinsamen regelmäßigen Sporttreibens von Eltern mit ihren Jugendlichen als schwierig erscheinen. Oft bleibt es auch in der Wirklichkeit eine Ausnahme. Dabei ermöglicht die körperliche Entwicklung von Jugendlichen durchaus das gemeinsame Sporttreiben auf ähnlichem Leistungsniveau. Gemeinsame Aktivitäten wie beispielsweise Tennisspielen, Schwimmen und Klettern sollten nicht an den körperlichen Voraussetzungen scheitern, besonders wenn diese breitensportlich orientiert angeboten werden. Zuversichtlicher sieht es aus, wenn die Familie am Wochenende oder im Urlaub mit Jugendlichen unterwegs ist. Hier lassen sich Jugendliche eher auf gemeinsame Sportaktivitäten mit ihren Eltern und Geschwistern ein.

# Mehrgenerationen und interkulturell unter dem Familiendach

Familie schafft Gemeinschaft. Das galt schon früher, als mehrere Generationen unter einem Dach lebten und auch Geburt und Tod gemeinschaftlich erlebt wurden. Doch heute sind Mehr-Generationen-Haushalte selten geworden.



33% der Haushalte sind Zwei-Generationen-Haushalte, und nur ein Prozent sind Drei- und Mehr-Generationen-Haushalte. Allerdings zeigt sich ein deutlicher Trend: Der Anteil der älteren Menschen in unserer Gesellschaft hat in den letzten Jahrzehnten stetig zugenommen.

Seit Mitte der 90er-Jahre überflügelt der gesamtgesellschaftliche Anteil der über 60 Jährigen prozentual den Anteil der bis zu 20-Jährigen. Heute schon lebt in jedem zweiten Haushalt mindestens eine Person, die älter als 50 Jahre ist. Bei zunehmender Lebenserwartung – derzeit werden Männer durchschnittlich 80 Jahre und Frauen sogar 84 Jahre alt – ist das familiäre Zusammenleben über mehrere Generationen zumindest statistisch möglich.

## Die Menschen in Deutschland werden älter, bleiben aber auch länger körperlich und geistig fit! Warum nicht Sport mit den Großeltern treiben?

Bewegung, Spiel und Sport bieten hier die Möglichkeit des gemeinsamen Erlebens auch jenseits der vermeintlich strikten Generationsgrenzen. Und was spricht dagegen, dass nicht auch Aktivitäten von den Großeltern ausgehen? Wenn Oma und Opa gemeinsam mit den anderen Familienmitgliedern aktiv werden, beispielsweise bei einem Familiensportfest oder in Großeltern-Kind-Gruppen, dann bietet dies Chancen für die ganze Familie. Sport verbindet nicht nur die Generationen mit-

einander. Gemeinsamer Sport hilft, Vorurteile abzubauen und schafft eine Brücke zwischen den Kulturen.

Familien mit einem Migrationshintergrund bleiben häufig unter sich. Das geht meistens auf kulturelle Barrieren zurück, kann aber auch an der fehlenden Sicherheit mit der deutschen Sprache liegen.

## Im Sport liegen große Potenziale für eine kulturelle Begegnung.

Voraussetzung ist eine offene Grundhaltung, die das Miteinander bestimmt. Unsicherheit oder gar Furcht vor Fremdheit sollten die Neugier auf andere Kulturen nicht hemmen. Dieses Miteinander über Kulturgrenzen hinaus kann den Sport inhaltlich bereichern, sofern er offen für neue Ideen und für eine Umgestaltung ist. Im Alltag hilft die Strategie der kleinen Schritte: Gemeinsamkeiten zeigen sich, wenn Eltern ihre Kinder zum Sport bringen oder wieder abholen. Hier gilt es, Aktivitäten anzuregen, um beispielsweise Mütter für eine Fitnessgymnastik zu motivieren oder Väter gemeinsam »kicken« zu lassen. Vielleicht fühlt sich aber auch der eine oder andere Sportverein angeregt, einen Tanzkurs kulturübergreifend anzubieten und die kulturelle Vielfalt im Tanz zu entdecken. Dies hat dann Signalwirkung auch für andere, denn man zeigt, dass die Bereitschaft vorhanden ist, die kulturspezifischen Besonderheiten der Migrationsfamilien zu berücksichtigen. Wenn daraus Gemeinsamkeiten, Spaß und



Gespräche entstehen, ist viel gewonnen. Schafft man es dann, auch weitere Familien für das Sportangebot zu motivieren, können sich daraus feste Gruppen entwickeln, die als »multikulturelle Familie« Integration über den Spaß am Sport lebt.

.....  
**Der TSV Hochdahl 64 e.V., ein multikultureller Familiensportverein, zeigt, was alles möglich ist.**  
.....

Im Stadtteil Hochdahl im nordrhein-westfälischen Erkrath kommen fast 60% der Kinder und Jugendlichen aus Familien mit einem Migrationshintergrund. Sie stammen ursprünglich aus der Türkei, aus Marokko, der Ukraine, den GUS-Staaten, aus Polen, Spanien, Italien und vielen weiteren Ländern. Bereits 1988 hatte der TSV Hochdahl einen offenen Freizeittreffpunkt für Kinder und Jugendliche übernommen. »Besonders der Zugang zu muslimischen Mädchen ist oftmals schwierig. Zu vielen bricht der Kontakt nach der vierten Klasse ab, da die Mädchen unzählige Pflichten im familiären Umfeld zu erfüllen haben«, verdeutlicht die hauptberufliche Mitarbeiterin des Vereins, Gabriela Klosa. Der Kontakt und die Zusammenarbeit mit den Familien ist daher zu einem wichtigen Baustein der Arbeit und für die langjährige Integration der Jugendlichen im und über den Verein hinaus geworden.



# Familien in besonderen Lebenslagen

Aufgrund von Behinderung, Krankheit oder sozialer Probleme geraten Menschen in besondere Lebenslagen. Diese sind Teil unserer sozialen Wirklichkeit.

Familien sind in unserer Gesellschaft mehr oder weniger stark belastet. Soziale Schief lagen entstehen durch Familienkrisen oder infolge finanzieller Probleme, wie sie beispielsweise aufgrund von Arbeitslosigkeit auftreten. Andere Familien erleben eine chronische Krankheit oder die permanente Behinderung eines Familienmitgliedes. Das bedeutet aber noch lange nicht, dass sich das »Handicap« auf die ganze Familie auswirken muss. Anders ausgedrückt: Sie muss keine »behinderte Familie« sein. Häufig werden die Einschränkungen des Einzelnen von der Familie aufgefangen und der soziale Zusammenhalt der Familie sogar gestärkt. Die integrative Kraft der Familie oder die Solidarität unter Familien kann helfen, mögliche Schief lagen zu beheben. Gemeinsame sportliche Aktivität ist dabei ein wirksames Mittel.

.....  
**Sport bietet Menschen mit Behinderung die Möglichkeit, sich sowohl in einem Akt individueller Selbstentfaltung zu verwirklichen als auch das Gefühl sozialen Eingebundenseins pro-aktiv zu erleben.**  
.....

Menschen mit Behinderungen haben körperliche und/oder geistige Einschränkungen und können sich häufig nicht so effektiv bewegen wie Nichtbehinderte. Doch allemal können sie mit Freude am Sport teilhaben. Integration bezieht sich dabei so-

wohl auf die Entfaltung des Einzelnen als auch auf das soziale Einbinden in die Gemeinschaft. Sport im Sinne eines »Sports für alle« bietet somit die verbindende Klammer. Herkunft, Vorerfahrungen oder auch die Behinderung spielen dabei keine Rolle. Und gerade Sport in der Familie ist die Plattform, gemeinsam aktiv zu werden. Alle können bei der gemeinschaftlich ausgeführten Aktivität, dem Spiel oder Wetteifern mit anderen Spaß, Freude und Erfolgserlebnisse suchen und erfahren.

.....  
**Familien sport ist dabei eine besondere Bewegungsantwort auf die Herausforderungen des Lebens.**  
.....

Seit Beginn der 80er-Jahre ist es das Verdienst engagierter Einzelpersonen und Verbände, Familiensport als integratives Ereignis für Menschen mit Behinderungen erlebbar zu machen.

Die Idee der Integration von Menschen mit Behinderungen im Rahmen von gleich gesinnten Familien gibt es schon lange. In den frühen 80er-Jahren entstand aus der Initiative von Peter Kapustin der Würzburger »Familiensport mit behinderten Kindern«. Uwe Rheker betreibt seit 1982 eine integrative Familien Freizeitsportgruppe in Paderborn. Im Hoisbüttler Sportverein im Umland von Hamburg bietet Christian Schirmmacher seit 1987 integrativen Familiensport an. Unter dem Motto »Eine starke



Familie kennt kein Handicap« schafft der Niedersächsische Behindertensportverband seit den 90er-Jahren Strukturen für den Familiensport mit behinderten Familienmitgliedern.

.....  
**Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen in Familien mit sozialen Problemen sind oft ein Schrei nach Hilfe.**  
 .....

Probleme in den Familien werden besonders deutlich, wenn Kinder und Jugendliche durch abweichende Verhaltensweisen auf sich aufmerksam machen. Nikotin- und Alkoholkonsum, Spielsucht oder ein gestörtes Essverhalten sind häufig eine Reaktion auf die fehlende Zuwendung der Eltern. Entsprechende präventive oder rehabilitative Maßnahmen sollten bereits im frühen Kindesalter beginnen.

.....  
**Familienzentren haben ein »offenes Ohr«, klären auf und bieten Hilfe.**  
 .....

Mit den lokalen »Familienzentren«, deren Zahl in Nordrhein-Westfalen schrittweise bis zum Jahre 2012 auf 3.000 ansteigen soll, bietet sich die Chance, eine umfassende Beratung von jungen Familien mit praktischen Angeboten zu verbinden. Bewegungs- und Spielangebote können hier wichtige Bausteine in der übergreifenden Zusammenarbeit von Institutionen sein.

Lokale Netzwerke der Familienhilfe könnten auf diese Weise entstehen und in Bewegung kommen.

.....  
**Gemeinschaftlich ist man bekanntlich stark. Im Schulterschluss mit Staat, Kirche und Vereinen beugen Eltern möglichen Gefahren vor.**  
 .....

In der Bayerischen Grundschulinitiative »Miteinander 2000 – Familien stärken« wurde Suchtprävention durch die Annäherung von Elternhaus, Schule, Verein und Kirche vollzogen. Bewegung, Spiel und Sport gehören dabei zu den Schlüsselementen, um die Kinder zu erreichen.

# Familie + Sport = eine lohnende Verbindung

Bewegung und Sport können in jedem Alter und in jeder sozialen Lage zur Gestaltung eines zufriedenen und gesunden Lebens beitragen.

Diese Möglichkeiten des Sports mit den Situationen von Familien wirkungsvoll zu verbinden, steht im Mittelpunkt der Idee »Familie und Sport«.

Die drei Dimensionen bei der Verbindung von Familie und Sport:

- 1. Familiengerechte Rahmenbedingungen für den Sport**
- 2. Familiensport – mehr gemeinsame Bewegung von Familien**
- 3. Familienwirksamer Sport unterstützt Familien**

## **1. Familiengerechte Rahmenbedingungen für den Sport**

Zunächst gilt es, Familie und Sport aufeinander abzustimmen. Familien sehen sich in unserer Gesellschaft oft nicht genügend unterstützt und anerkannt. Kinder zu haben, ist für viele junge Menschen nicht nur eine finanzielle Belastung, sondern es birgt auch ein Konfliktpotenzial bezüglich eigener beruflicher Lebenspläne.

.....  
Wie sollten folglich die familiengerechten Rahmenbedingungen für den Sport gestaltet sein?  
.....

### **Betreuungsangebote im Sport**

Diese können die Vereinbarkeit von Familie und Beruf verbes-

sern helfen. Besonders Alleinerziehende sind auf eine Unterstützung angewiesen.

### **Finanzielle Entlastung und familiengerechte Gebühren**

Finanzielle Mehrbelastungen können durch familiengerechte Gebühren und Preise auch im Sport zu einer größeren Gerechtigkeit führen, vor allem wenn besondere Lebenslagen, z.B. Arbeitslosigkeit, gleichzeitig mit berücksichtigt werden.

### **Familienfreundliche Kombinierbarkeit von Sportangeboten**

Familienmitglieder jeden Alters wollen ihren Sport betreiben und diesen mit den Aufgaben und Rahmenbedingungen ihrer Familie in Einklang bringen. Familiengerechte Sportangebote berücksichtigen diese Aspekte, versuchen beispielsweise die Termine der Angebote so aufeinander abzustimmen, dass die Sportangebote in der Familie auch kombinierbar sind.

### **Sportvereine als »familiäre Heimat«**

Familien benötigen im Sportverein Räume und Gelegenheiten zum geselligen Beisammensein. Hier können verschiedene Themen aus dem Familienleben aufgegriffen, besprochen und in informellen Kontakten und Gesprächen verarbeitet werden.



### Erziehung und Wohlbefinden als Qualitätsmerkmale des familiengerechten Sports

Eltern erwarten vom Sport, dass er sich positiv auf die Erziehung ihrer Kinder auswirkt und zum eigenen Wohlbefinden beiträgt. Ein familienfreundlicher Sport versucht, durch qualitativ hochwertige Angebote diesen Ansprüchen gerecht zu werden.

### 2. Familiensport – mehr gemeinsame Bewegung von Familien

Familiensport ist gemeinsam und gleichzeitig mit Familienmitgliedern aktiv sein, sich miteinander bewegen, spielen und Sport treiben, aber auch im Umfeld des Sports zusammen feiern und geselligen Aktivitäten nachgehen. Er erfordert eine Abstimmung von Zeit und Interessen, damit die Voraussetzungen und Bedürfnisse aller Beteiligten berücksichtigt werden können.

#### Folgende Punkte sollten Beachtung finden:

##### Unterschiedliche Kombinationen der Akteure

In Abhängigkeit von den verschiedenen Kombinationsmöglichkeiten wie beispielsweise Baby-Vater, Eltern-Kind, Großeltern-Enkel, Vater-Jugendlicher, Mutter-Tochter etc., welche durch die jeweiligen Alters- und Entwicklungsphasen der beteiligten Personen beeinflusst werden, bilden zahlreiche Bewegungs-

und Sportaktivitäten das vielfältige Panorama des Familiensports.

#### Situative Bewegungsspiele und besondere Sportangebote

Die Palette des Familiensports reicht von situativen Bewegungs- und Sportspielen – etwa Nachlaufen mit den Kindern im Garten, Drachen steigen lassen, ein sonntäglicher Ausflug mit dem Rad – im Kontext des alltäglichen Familienlebens bis zu geplanten Familiensportangeboten: Hier sind beispielsweise Eltern-Kind-Turnen und Familien-Wander-Touren unterschiedlicher Träger wie Sportvereine, Wohlfahrtsverbände, Bildungswerke, Volkshochschulen und Selbsthilfegruppen, aber auch kommerzielle Anbieter, zu nennen.

#### Eine sinnvolle Vernetzung der verschiedenen Träger von Familiensportangeboten

Das Netzwerk der Familiensportanbieter ist unüberschaubar, und neben einer denkbaren kooperativen Vernetzung wären lokale Veranstaltungskalender zum Familiensport sinnvoll. Ein idealtypisches Beispiel: Das Projekt »Familienfitness« ist 2004 als Ergebnis der Arbeit in der lokalen Gesundheitskonferenz in Duisburg von der Allgemeinen Ortskrankenkasse ent-



wickelt worden. Im Projekt soll die Fitness der Familie durch das gemeinsame Sporttreiben aller Familienmitglieder erreicht werden. Hierzu arbeiten im Projektnetzwerk der Stadtsportbund Duisburg, das Familienbildungswerk, zwei Grundschulen, vier Sportvereine und eine wissenschaftliche Begleitung mit der AOK zusammen. Auf der Grundlage eines Fitness-Tests für Familien wurden spezielle Angebote zur Verbesserung der Fitness entwickelt und angeboten.

**Gemeinsames Erleben als zentrales Merkmal des Familiensports**  
Nicht Wettkampf und Leistungsvergleich stehen im Mittelpunkt des Familiensports. Beim gemeinsamen Erleben im Sport können Familien zusammen Erfahrungen machen, welche sich positiv auf das Zusammenleben auswirken. Wertschätzung, Spaß und Geselligkeit sind die Dimensionen des Familiensports, die besonders durch ein variables und vielseitiges Breitensportangebot erreicht werden können. Hinzu kommen bewegungsbezogene Anregungen, die sich auf ein bewegtes Alltagsleben der Familien auswirken.

#### ..... **Feste, Feiern und Sport** .....

Zum Familiensport gehören auch die zahlreichen Feste und Veranstaltungen, an denen die Familie gemeinsam teilnimmt

und Bewegung und Sport eine Rolle spielen. Die Feste, Events und Turniere geben Gelegenheit zur gemeinsamen Geselligkeit in der Familie, ermöglichen es aber zugleich auch, Kontakt mit anderen Familien herzustellen.

**Familiensport in der Woche, am Wochenende und im Urlaub**  
Familiensport kann als regelmäßiges Sporttreiben während der Woche und vor allem am Wochenende durchgeführt werden. Besondere Möglichkeiten für den Familiensport sind auch in der Urlaubszeit gegeben. Hier kann man beim Wandern, Radeln oder Kanufahren gemeinsam sportlich unterwegs sein oder sich an gemeinsamen Spiel- und Sportaktivitäten beteiligen: Segeln, Strandspiele, Klettern oder Tennis sind nur einige der hier möglichen gemeinschaftlichen Aktivitäten.

#### **Familienurlaub in Bewegung**

Die Deutschen sind »Reiseweltmeister«. Etwa drei von vier Deutschen machen in jedem Jahr eine längere Urlaubsreise. Mit Kindern verändert sich der Urlaub jedoch inhaltlich erheblich, mit Beginn des Schulalters auch terminlich.

#### **Urlaub zu Hause**

Etwa 40% der Eltern können wegen der erhöhten Kosten – Ferienzeit ist Hochpreis-Saison – überhaupt nicht in den Urlaub fa-





INLINESKATES

JUDO

SEGELN

# Spieler 2

SCHWIMMEN

BALLSPIELEN

WANDERN



„Jeder große und öffentliche, aber auch jeder kleine und individuelle, sportliche Erfolg hat Väter und Mütter!“

Frank Busemann,  
Vize-Olympiasieger im Zehnkampf

hren. Sie verbringen die Ferien zu Hause und füllen den Urlaub mit Kurzausflügen aus. Auf diese Kurz- und Naherholungsausflüge haben sich zahlreiche Anbieter und Freizeitparks spezialisiert. Sie versprechen Unterhaltung, Abenteuer, Sport und Spiel, ersetzen aber nicht die Gelegenheit der Familie, die Ferienzeit als Möglichkeit für selbst gestaltete Aktivitäten zu nutzen.

### Sport-Familien-Reise

Auf die verreisende Familie hat sich der Urlaubsmarkt mit besonderen Familienreiseangeboten eingestellt. Das Spektrum der Anbieter reicht von gemeinnützigen Einrichtungen wie z.B. Kirchengemeinden, Familienwerken und Sportorganisationen bis hin zu großen kommerziellen Reiseunternehmen mit speziellen Familienkatalogen. Manchmal beinhalten solche Programme das Angebot, die Kinder im Urlaub individuell zu betreuen, damit die Eltern ihren Urlaub zumindest zeitweise ohne Kinder verbringen können. Andere Programme hingegen bieten gezielt gemeinsame Urlaubsaktivitäten an, bei denen immer wieder Bewegung, Sport und Spiel wichtige Bausteine sind. Spezielle Sportarten wie beispielsweise Skilaufen, Segeln, Surfen und Kanufahren sind ausgewiesene Urlaubssportarten, da sie an besondere Umgebungsbedingungen gebunden sind, die der eine oder andere nicht im Alltag vorfindet. Hier kann der Sporturlaub ein Anlass für einen gemeinsamen Familienurlaub

sein, der vielleicht auch ältere Kinder und Jugendliche noch mit »ins Boot« holt.

### 3. Familienwirksamer Sport – Sport unterstützt Familien

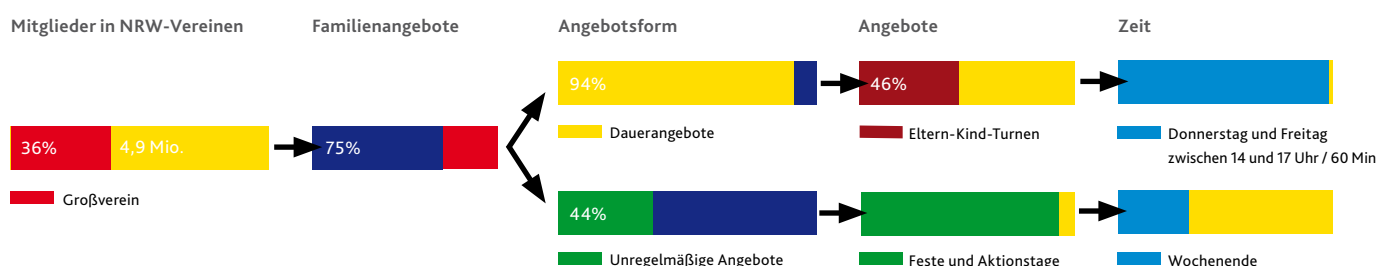
Familien stehen heute vor großen Herausforderungen und Aufgaben. Der familienwirksame Sport versucht, die Bedürfnisse und Wünsche von Familien ernst zu nehmen und überlegt, was Sport Familien bieten kann.

.....  
**Ergänzende außersportliche Angebote sind für Familien eine große Hilfe.**  
.....

Sportinstitutionen können und sollten außersportliche Angebote in ihr Programm aufnehmen oder mit anderen Trägern der Familienhilfe zusammenarbeiten. Zu denken ist hier unter anderem an Starthilfe für junge Eltern, Stillkurse, aber auch Kochen für Jugendliche oder Kurse für effektives Zeitmanagement in Familien.

# Eine Untersuchung in Nordrhein-Westfalen

Familie und Sport miteinander zu harmonisieren ist für die Vereine Herausforderung und Ziel zugleich.



## Untersuchung 2006

Mit knapp 90.000 Vereinen in Deutschland ist der organisierte Sport die tragende Säule des Sporttreibens. Er ist der Ort, an dem Familienmitglieder unterschiedlichen Alters ihrem Sport regelmäßig nachgehen und ein vielfältiges Angebot an Bewegung, Spiel und Sport finden. Der familienfreundliche Sport und der Familiensport sind eine Herausforderung, der sich die Sportvereine und Sportverbände zunehmend durch spezielle Angebote stellen.

Eine groß angelegte, detaillierte Untersuchung zum Thema »Familien und Sport« ermöglicht aufschlussreiche Einblicke und Erkenntnisse.

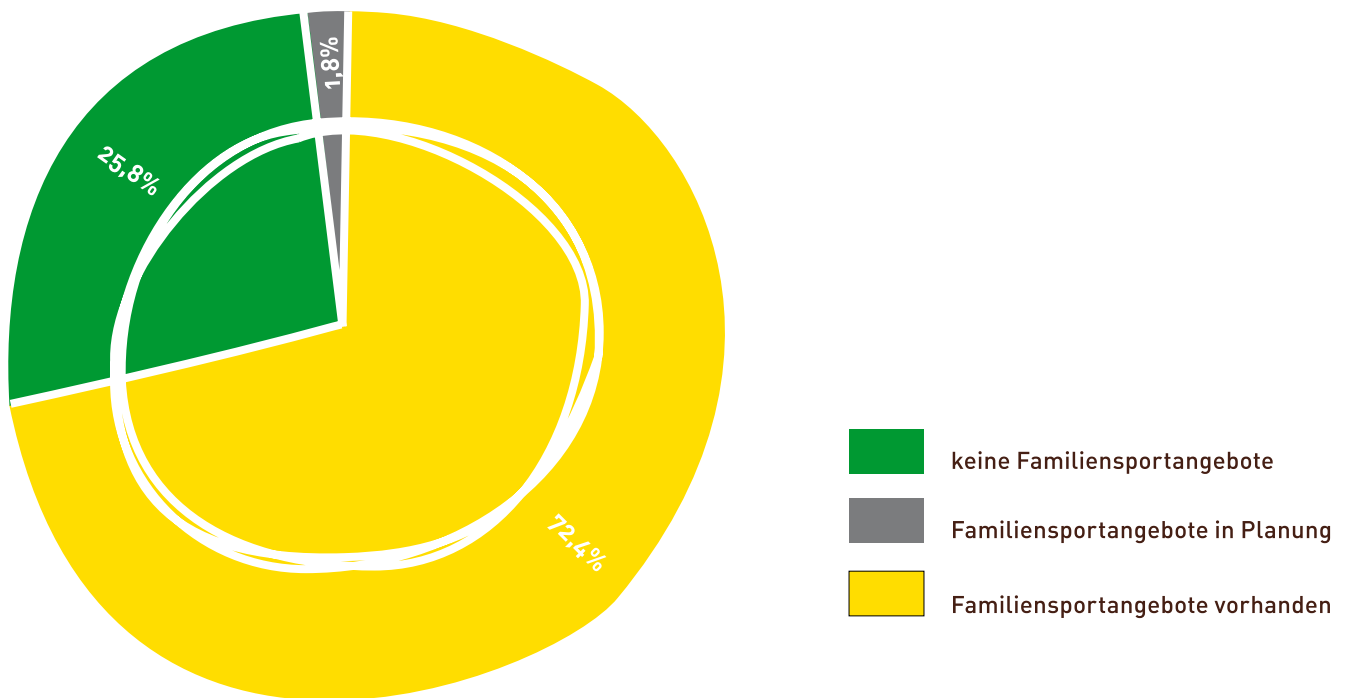
Im Auftrag des damaligen »Ministeriums für Gesundheit, Soziales, Frauen und Familie NRW« und des Landessportbundes NRW führte 2005 die Fachhochschule Düsseldorf (Prof. Dr. Michels) in Kooperation mit der Deutschen Sporthochschule Köln (Dr. Logemann) eine Untersuchung der Familiensportangebote im organisierten Sport in Nordrhein-Westfalen (NRW) durch. Ziel dieser Untersuchung war die Erhebung aktueller Aktivitäten, Maßnahmen und Strukturen im Familiensport in NRW. Untersucht wurden ausschließlich die 891 Großvereine in NRW,

d.h. Vereine mit mehr als 1.000 Mitgliedern. Großvereine repräsentieren 36% der 4,9 Mio. Mitgliedschaften in den NRW-Vereinen. Neben den Sportvereinen wurden noch die Stadt- und Kreissportbünde (SSB/KSB) sowie die Fachverbände zum Familiensport in NRW befragt. Aufgrund der hohen Rücklaufquote (Sportvereine 49%, SSB/KSB 72%, Fachverbände 36%) konnte ein sehr umfassendes Bild der vorhandenen Aktivitäten zu Familie und Sport herausgearbeitet werden.

Zwischen 35 und 75% der Großvereine in NRW haben Familiensportangebote in ihrem Programm.

75% der Vereine, die ihren Fragebogen zurückgeschickt haben, bieten Familiensportangebote an oder planen dies. Nimmt man die übrigen Sportvereine hinzu, die auf die Befragung nicht geantwortet haben und wertet diese pessimistisch so, als würden sie keine Familiensportangebote bereitstellen, dann sind es noch 35%. Dies zeigt, dass spezielle Familiensportangebote in Sportvereinen keine Ausnahme, sondern weit verbreitete Angebote darstellen. Zu berücksichtigen ist, dass in der Untersuchung keine Vorgabe gemacht wurde, was unter Familiensport zu verstehen ist! Angebote konnten frei zugeordnet werden.

## Anbieter von Familiensport:



Bei der Angebotsform wurde unterschieden zwischen regelmäßig wiederkehrenden Angeboten, so genannten »Dauerangeboten«, und unregelmäßigen Angeboten im Familiensport.

### Dauerangebote dominieren bei den Vereinen und werden durch unregelmäßige Angebote ergänzt.

Es zeigt sich, dass die Dauerangebote mit 94% deutlich überwiegen und durch unregelmäßige Angebotsformen ergänzt werden (44%). Besondere Familienformen wie beispielsweise Alleinerziehende bleiben dennoch bei den Eltern-Kind-Angeboten vielfach unberücksichtigt. Eltern-Kind-Turnen ist das vorherrschende Familiensportangebot der Vereine.

Bei den Dauerangeboten zeigt sich mit 46% eine deutliche Dominanz des Eltern-Kind-Turnens und damit der klassischen Variante des Familiensports. Alle anderen Sportarten haben eine marginale Bedeutung. Insofern scheint im Dauerangebotsbereich des Familiensports stark auf Tradition statt auf Innovation gesetzt zu werden.

Turnen und Schwimmen – z.B. das Babyschwimmen – stellen Einstiegssportarten dar und können von kleinen Kindern beson-

ders gut gemeinsam mit ihren Eltern ausgeübt werden. Neben den Favoriten, die die Tabelle klar darstellt, macht sie zugleich auch deutlich, dass es vielfältige Möglichkeiten für den Familiensport gibt und eigentlich keine Sportart davon ausgenommen ist. Diese sportartspezifischen Potenziale werden aber nur von wenigen Vereinen genutzt und sind somit stark ausbaufähig.

### Welche Strukturmerkmale zeichnen Dauerangebote im Familiensport eigentlich aus?

Dauerangebote des Familiensports werden überwiegend im Nachmittagsbereich (14-17 Uhr) in einer 60-minütigen Programmeinheit angeboten und liegen eher am Wochenanfang als am Ende der Woche. Fast nie markiert das Wochenende eine geeignete Zeit zur Durchführung von Familiensportangeboten im Dauersportbereich. Als Einstiegsalter wurde das zweite Lebensjahr der Kinder ausgemacht, und größtenteils sind es die Mütter, denen die Aufgabe obliegt, den familienergänzenden Part zu übernehmen. Häufig sind auch Geschwisterkinder bei den Angeboten anwesend, und Jugendliche sind als Zielgruppe der Angebote kaum vertreten.

# Welche Strukturmerkmale zeichnen Dauerangebote im Familiensport eigentlich aus?

Bei den unregelmäßigen Familiensportangeboten ist die Familie vor allem am Wochenende und unterwegs gemeinsam aktiv. Bei den unregelmäßigen Familiensportangeboten wurde zwischen eintägigen und mehrtägigen Angeboten unterschieden, wobei sich herausstellte, dass der Eintagesbereich gegenüber dem Mehrtagesbereich dominiert. Hierbei handelt es sich vorwiegend um Feste und Aktionstage, die überwiegend an den Sommerwochenenden stattfinden.

Die Altersspanne der Kinder und Jugendlichen ist im Vergleich zu den regelmäßigen Angebotsformen deutlich größer. War bei den regelmäßigen Familiensportangeboten durch die Dominanz des Eltern-Kind-Turnens meist die Mutter anwesend, hat sich das Bild der anwesenden Personen bei den unregelmäßigen Angeboten zugunsten der ganzen Familie, also beider Eltern und dem Kind bzw. den Kindern, verändert.

Bei den mehrtägigen Veranstaltungen stehen Freizeiten, Urlaubsaktivitäten und Familiensportkurse im Mittelpunkt. Angesprochen ist hier die gesamte Familie. Aber auch besondere Konstellationen, wie z.B. »Vater-Sohn-Sportwochenenden«, werden angeboten. Der Grundstein ist gelegt: Familienfreundliche Sportvereine sind im Aufbau – es gibt jedoch noch viel zu tun!

Die Mehrzahl der Sportvereine bietet Familiensportangebote, meist im Eltern-Kind Bereich, an. Strukturelle Maßnahmen zum »familienfreundlichen Verein« sind noch nicht so weit verbreitet. Zwar bieten 91% der Vereine Familienbeiträge an, und 59% achten nach eigener Auskunft bei den Angeboten auf familienfreundliche Zeiten. Dass darüber hinaus die Interessen und Bedürfnisse von Familien berücksichtigt werden, geben allerdings nur 33% der Vereine an.

Lediglich 11% der Großvereine, welche sich meist in verschiedene Abteilungen untergliedern, besitzen eigenständige Familiensportabteilungen, und in gerade mal 4% der Vereine existiert ein Familiensportbeauftragter. Die strukturelle Verankerung des Familiensports besitzt in den Vereinen noch deutliches Entwicklungspotential.

Gemeinsam ließe sich vieles schaffen: Eine Verbesserung der Kooperationen und Vernetzungen im Familiensport ist dringend erforderlich.

Obwohl die Vereine, Stadtsportbünde, Kreissportbünde und Fachverbände die Notwendigkeit der Verbindung zwischen Familie und Sport sehr hoch einschätzen und die Potenziale der Vereine tendenziell als ausbaufähig bewerten, ist die familienorientierte Arbeit im Netzwerk der Sportorganisationen nur unzureichend verankert.

In der Zusammenarbeit der Sportorganisationen spielte der Familiensport bisher kaum eine Rolle. Vielerorts wissen die Sportorganisationen nicht, ob und wenn ja, welche Aktivitäten der andere Partner in diesem Bereich entwickelt bzw. anbietet.

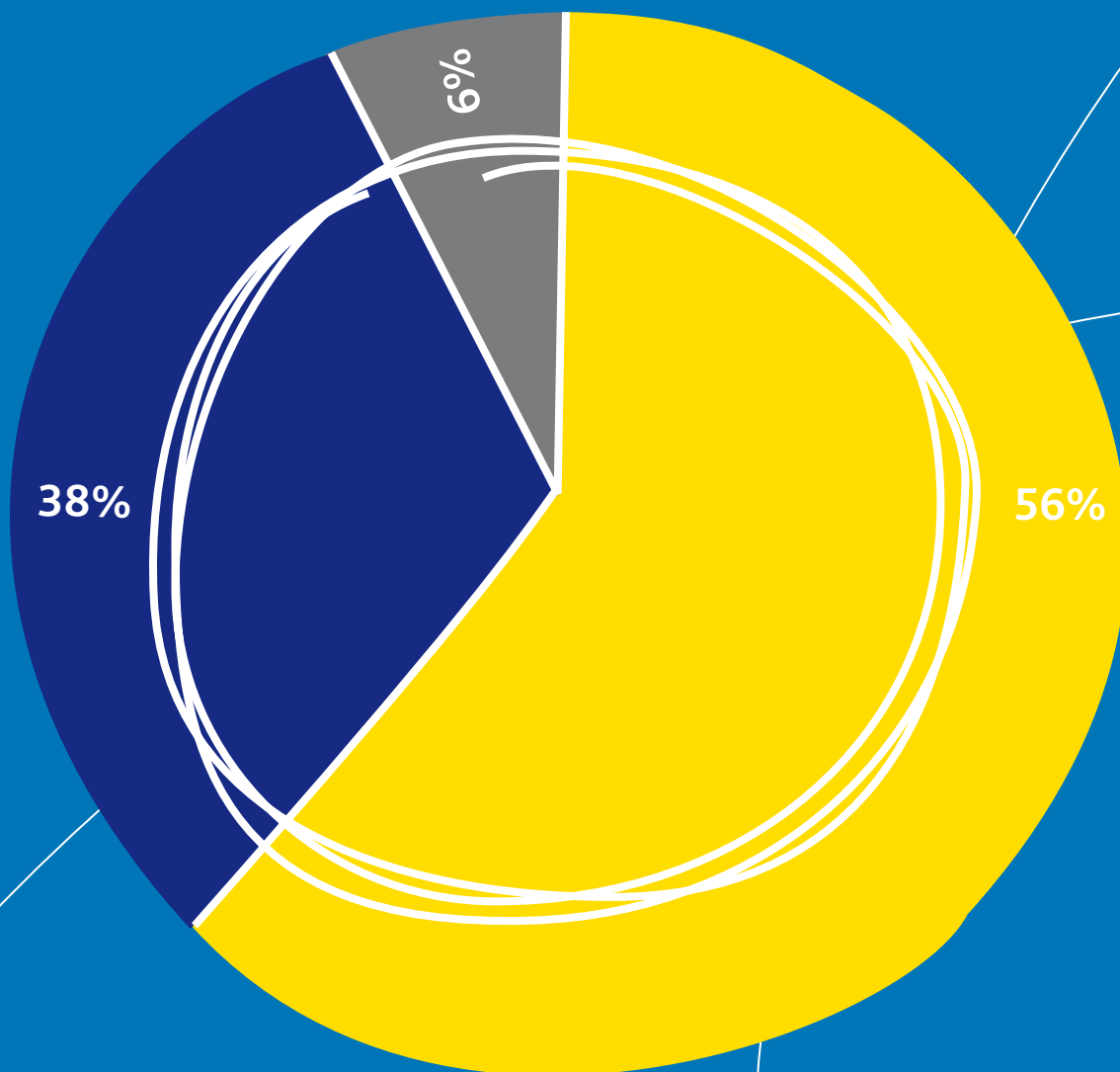
So gilt es als besondere Herausforderung, Familie und Sport als bedeutsames Thema im organisierten Sport zu beleben und vor allem die Vernetzung der verschiedenen Organisationen im Sport zu verbessern. Aber auch eine stärkere Kooperation von Sportvereinen mit anderen Trägern des Familiensports macht Sinn. Bisher gehen nur 15% der Sportvereine Kooperationen mit anderen Vereinen, Schulen oder Kindergärten ein. Eine Zusammenarbeit mit anderen Trägern der Familienhilfe findet fast nie statt!

## Übersicht der gemeldeten unregelmäßigen Familiensport-Angebote als Tagesveranstaltung

Angebote im Eintagesbereich	Anzahl der Nennungen
Fest: Breitensportfest, Vereinssportfest, Sommerfest, Sport-/Spielfest, Familienfest, Grillfest, Kinderfest, Mitmachfest	63
Tag: Aktiv-Erleben/Bewegungstag, Saisonöffnung, Jahresabschluss, Familientag, Tag der offenen Tür, Familienwandertag, Vereinstag, Spiel-/Sporttage, Mädchen-Frauen-Turntag	44
Aktionen: Läufe, Ralleys, Radtouren, Wandern/Klettern	57
Aktionen in Verbindung mit besonderen Tagen: Ostern, Nikolaus, Weihnachten, Karneval, Himmelfahrt	17
Turnier: Spielfeste, Familienwettkampf, Meisterschaften, Familienturniere, Tennis, Handball, Vater-Sohn-Turniere, Generationenturniere	20
Familiade/Olympiade	9
Kinderbetreuung	6
Sonstiges: Sportabzeichen, Ferienprogramm, Theater, Schauveranstaltung (Turnen)	17
<b>Gesamtsumme der genannten eintägigen, unregelmäßigen Familiensportangebote</b>	<b>233</b>



# Angebotsformen des Familiensports



- Dauerangebote und unregelmäßige Angebote
- Dauerangebote
- Unregelmäßige Angebote

### Übersicht der gemeldeten Familiensport-Dauerangebote

Sportarten	Anzahl der Nennungen
Turnen	379
Schwimmen, Wassergymnastik	47
Gymnastik (Ballett, Fitness, Stepp-Aerobic)	23
Kinderspielgruppen (z.B. Zwöckelgruppen, PEKIP, Purzelturnen)	21
Ball sport (Faustball, Volleyball, Fußball,...)	12
Rückschlagsspiele (Badminton, Tennis, Tischtennis)	9
Kanu, Abenteuer, Klettern	9
Leichtathletik (Laufen, Triathlon)	6
Wandern, Radwandern	4
Inlineskaten, Ski	4
Gesundheitssport	3
Kampfsport (Judo, Tae-Kwon-Do)	2
Sonstiges (Sauna, Trampolin, Fit-for-Family, Familiensportabzeichen)	32
<b>Gesamtsumme der genannten Familiensport-Dauerangebote</b>	<b>522</b>

### Übersicht der gemeldeten unregelmäßigen Familiensport-Angebote als Mehrtagesveranstaltungen

Angebote im Mehrtagesbereich	Anzahl der Nennungen
Freizeit: Skifreizeit, Zeltlager, Kanutouren, Sportfreizeiten, Sportwoche/Sportwochenende, Vater-Kind-Fahrten, Trainingslager/-camp	38
Urlaub: Bergurlaube, Familienurlaube/-ferien, Skiurlaube, Fahrradurlaube	19
Kurs: Schwimmen, Tennis, Badminton, Turnen	10
<b>Gesamtsumme der genannten mehrtägigen, unregelmäßigen Familiensportangebote</b>	<b>67</b>

# Mehr als »nur« ein Verein!

Für immer mehr Menschen ist der Sportverein längst zur Familie geworden.

In Sportvereinen erleben Menschen gemeinsame Aktivitäten, erfahren gegenseitige Achtung und Unterstützung, helfen einander, sind für einander da. Für viele Menschen ist der Verein eine Art Familie, in der man sich zu Hause fühlt, Geborgenheit empfindet und Aufgaben als Herausforderungen annimmt.

## Was genau verbirgt sich hinter der Konzeption »Familie und Sport« des Deutschen Olympischen Sportbundes?

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) hat auf seinem Bundestag am 7.12.2002 in Bonn eine sportpolitische Konzeption »Familie und Sport« verabschiedet. Mit dem Ziel, die Familien zu stärken, wurde ein Orientierungsrahmen formuliert, um Maßnahmen und Aktivitäten zur Förderung von »Familie und Sport« im Verein zu unterstützen. Dabei umfasst »Familie und Sport« alles, was gesellschaftspolitisch mit der Familie im Zusammenhang steht, wenn Bewegung, Spiel und Sport zum Thema werden. Hier kommt es darauf an, dass der Verein familienfreundliche und familiengerechte Dienstleistungen anbietet. Dies reicht von der Einrichtung von Familienbeiträgen, der Berücksichtigung von familienfreundlichen Terminen für Angebote einzelner Familienmitglieder sowie Betreuungsangeboten – während Eltern ihren Sport ausüben – bis hin zu außersportlichen Beratungsangeboten für Familien. »Familiensport« ist dagegen enger gefasst und bezieht sich auf die tatsächlich mit der Familie ausgeführten sportlichen Aktivitäten. Das Ziel ist der Aufbau eines flächendeckenden Netzwerks von Angebotsformen im und durch den organisierten Sport, um

das Freizeitverhalten der Familien im Hinblick auf gemeinsame sportliche Aktivitäten und gesundheitlich orientiertes Handeln zu fördern. Neben politischen Konzeptionen sind besonders praktische Modelle und Beispiele für die Entwicklung des Familiensports im Verein wichtig.

Auch hier finden Vereine Unterstützung: zum Beispiel im Werkheft 5 der Reihe »Sport tut Deutschland gut« mit dem Titel »Familie und Sport – Wissen für die Praxis« oder im Rahmen von Fachtagungen und Workshops, die verstärkt in den letzten Jahren zum Thema »Familie und Sport« im organisierten Sport durchgeführt worden sind. 2008 hat der Präsidialausschuss Breitensport/Sportentwicklung des DOSB eine Projektgruppe „familienfreundlicher Sportverein“ ins Leben gerufen, der die familienpolitischen Zielsetzungen des organisierten Sports weiterhin begleitet und umzusetzen hilft! So waren im April 2008 33 Multiplikatoren aus 25 Mitgliedsorganisationen Teilnehmer einer DOSB – Tagung, die das Ziel „Familienfreundlichkeit“ im Sport bearbeiteten. Im Dezember 2010 folgte die Broschüre „Sport stärkt Familien“ mit zahlreichen Praxisbeispielen für die Vereinsarbeit.

## Die Landessportbünde unterstützen mit zahlreichen, innovativen Aktivitäten den Familiensport maßgeblich.

Auf der Grundlage der sportpolitischen Konzeption des Deutschen Olympischen Sportbundes entwickeln die Landessportbünde der verschiedenen Bundesländer in Zusammenarbeit



mit zuständigen Ministerien konkrete Modelle, Maßnahmen und Programme zum Familiensport. In Nordrhein-Westfalen, Hessen oder in Schleswig-Holstein sind zunächst modellhaft und dann in zahlreichen Vereinsaktionen so genannte »Familia-den« als generationenübergreifende Vereinsspielfeste durchgeführt worden, umfassende Maßnahmenkonzepte »Familie und Sport« werden entwickelt. Im Sportbund Rheinland beispielsweise haben zahlreiche Vereine Angebote zum Familiensport getestet und »für gut befunden«. Sachsen-Anhalt bringt sich mit dem Projekt „familienfreundlicher Sportverein“ in das bundesweite Programm „IN FORM“ (Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung) mit ein und verbindet Zielsetzungen der Gesundheitsförderung mit familienfreundlichem Sport. Der Landessportbund NRW schrieb 2007 einen Preis für den „Familienfreundlichen Sportverein“ aus und es bewarben sich exakt 130 Vereine. Es zeigt sich, dass nicht nur die Großvereine in der Lage sind familienfreundliche Angebote und Strukturen zu realisieren. Oft sind es gerade die kleineren Vereine, in denen Familien lebendige Grundlagen der Vereinsarbeit darstellen.

Besonders bedeutsam ist die Zusammenarbeit des organisierten Sports auf Bundesebene (DOSB) mit den „Lokalen Bündnissen für Familien“. In diesen Bündnissen, in denen immer mehr Sportvereine aktiv mitarbeiten, werden Netzwerke in Städten, Kreisen und Regionen zur Förderung familienfreundlicher Angebote und Strukturen entwickelt! In Berlin hat man hier bereits gute Erfahrungen damit gesammelt, wie sich durch die Zusam-

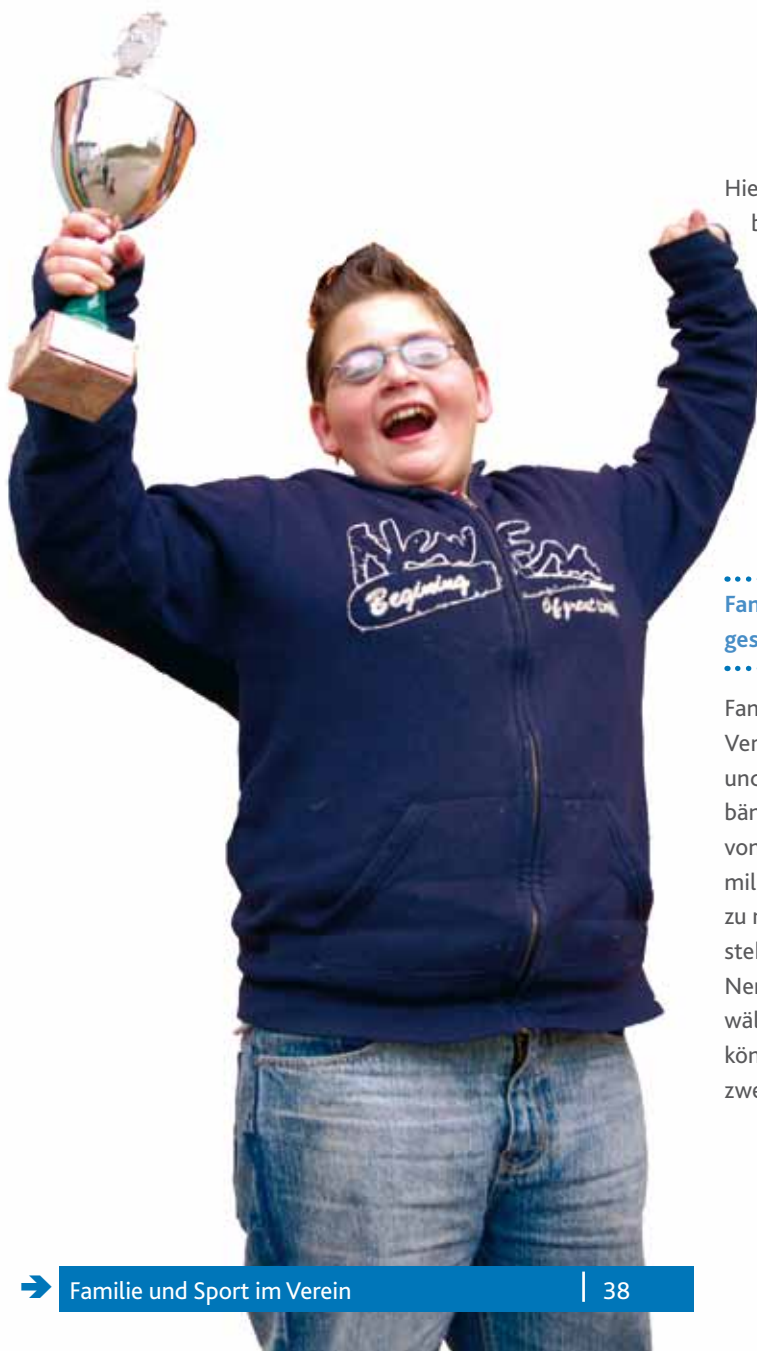
menarbeit mit anderen Trägern vielfältige neue Möglichkeiten erschließen lassen! In Nordrhein-Westfalen gibt es bereits 113 der Lokalen Bündnisse für Familien, die in den Aktionsplan „Familie kommt an“ des Familien- und Sportministeriums NRW integriert sind.

.....  
**Auch Fachverbände können ihren Beitrag zur Unterstützung des Familiensports leisten.**  
 .....

In den Fachverbänden gibt es schon eine Reihe von Initiativen, die Familien direkt anzusprechen. Hervorzuheben ist sicher der Deutsche Turnerbund, der dem Klassiker des Familiensports – dem »Eltern-Kind-Turnen« – ein Dach und systematische Förderung zukommen lässt. Unter dem Motto »Hier können sie was erleben...!« spricht der Deutsche Alpenverein die Familien an. Es sind in erster Linie Breitensportlich ausgerichtete Programme der Fachverbände, die den Einstieg für die Familienmitglieder erleichtern sollen, so auch im Tischtennis, Triathlon, Hockey oder im Fußball. Was bereits dort funktioniert, sollte auch Anregung für andere Fachverbände sein. Der Deutsche Minigolfverband startete in diesem Sinne eine familienorientierte Angebotskampagne. Auch der Deutsche Baseball und Softball Verband hat mit seiner Innovationsinitiative die Familien als Zielgruppe entdeckt.

# Über die Nikolausfeier zum Familiensport im Verein?

Wichtigster Baustein des Familiensports im Verein sind regelmäßige Dauerangebote. Jedoch ist die Beteiligung bei regelmäßigen Angeboten meist nicht der Einstieg in den Familiensport.



Hier sind es eher die unregelmäßigen Veranstaltungen, die aus bestimmten Anlässen (Sommerfeste, Nikolausveranstaltungen etc.) oder extra für Familien (z.B. Familiaden, Familiensportabzeichen, Familiensportturniere) durchgeführt werden. Im Rahmen solcher Veranstaltungen ist ein erster, lockerer Kontakt von Familien zum Sportverein möglich, der dann weiter intensiviert werden kann. Aber auch für die vorhandenen Vereinsmitglieder sind solche Veranstaltungen wichtig, da diese Feste, Feiern und Sonderveranstaltungen das gesellige Zusammensein und gemeinsame Erleben der Menschen im Verein ermöglichen und fördern.

.....  
**Familienspielfeste, so genannte Familiaden, erweisen sich als gesellig-aktiver Spaß für Jung und Alt.**  
.....

Familiaden sind generationenübergreifende Familienspielfeste. Veranstaltet werden diese von Vereinen, Fachverbänden, Stadt- und Kreissportbünden sowie Stadt- und Gemeindegemeinschaften, die bei der Planung, Organisation und auch Umsetzung von den Landessportbünden unterstützt werden. Ziel der Familiaden ist es, gemeinsames Spielen und Bewegen erfahrbar zu machen und Anregungen für den Alltag zu geben. Familiaden stehen meist unter einem Motto wie »Dschungelbuch«, »Findet Nemo« oder »Reise zum Himalaya«, das zur erlebnisreichen Bewältigung zahlreicher Spielstationen einlädt. An Spielstationen können aber immer nur Teams aus Mitgliedern von mindestens zwei Generationen Punkte sammeln. Neben den thematischen





Familien sind wie Sportvereine; hier ist immer was los, gemeinsam wird viel bewegt, und geht mal ein Spiel verloren, dann steht man zusammen!

Walter Schneeloch,  
Präsident des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen e.V.

Spielstationen besteht eine Familiade noch aus weiteren sportlichen und fantasievollen Dauerspielstationen sowie einem Rahmenprogramm mit genügend Angeboten für die Augen, Ohren und für den Magen.

.....  
»Gemeinsam etwas erleben«: Umfangreiches Angebot der »Familien-Tage« richtet sich direkt an Familien.  
.....

Mit dem Konzept der »Familien-Tage« haben Familienministerium und Landessportbund NRW 2005 eine Initiative zur Vernetzung des organisierten Sports mit den Trägern der außersportlichen Familienhilfe entwickelt, welche inzwischen in mehreren Städten erprobt wurde. Familien sollen die verschiedenen Einrichtungen und Institutionen der Familienverbände, Familienselbsthilfe und Familienbildung näher bzw. neu kennen lernen, indem sie Informationen unter anderem über Zielsetzungen, Inhalte, Standorte, Veranstaltungen der Einrichtungen erhalten. Die Koordination der Veranstaltungen erfolgt vor Ort durch Sportvereine. Unter dem Motto »Gemeinsam etwas erleben« kann ein vielfältiges Programm entwickelt werden.

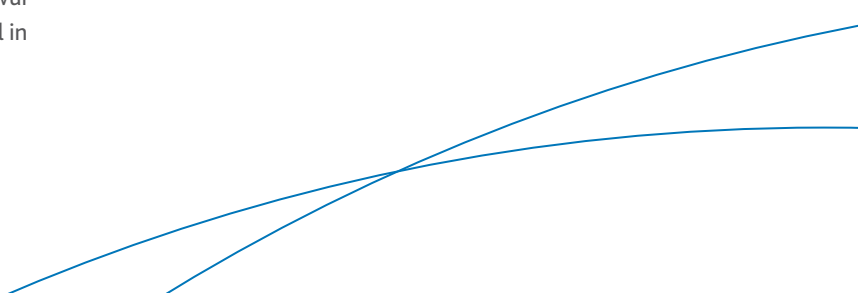
.....  
Das Deutsche Sportabzeichen fordert sowohl Einzelpersonen als auch ganze Familien sportlich heraus.  
.....

Als Bestandteil der Breitensportentwicklung wurde das Sportabzeichen zu einem Erfolgsmodell. Bis zum Jahresende 2009 wurde das Deutsche Sportabzeichen insgesamt 31.011.890-mal in

Deutschland vergeben. Das Rekordjahr war bisher 2008, in dem das Sportabzeichen in allen seinen Formen alleine 1.004.341-mal verliehen wurde. Einige Stadt- und Kreissportbünde in NRW führen auch Sportabzeichen-Wettbewerbe für Familien durch.

.....  
Bei Familiensport-Turnieren steht vor allem das gemeinsame Erleben im Vordergrund.  
.....

Familiengerecht gestaltete Sportturniere sind für das gemeinsame Sporttreiben bestens geeignet. Ob beim Familiencup im Volleyball, bei »Handicap-Turnieren« im Hockey, beim Familientriathlonfestival, beim Tennis- oder Tischtennisturnier für Familien oder beim familienfreundlichen Street-Soccer-Turnier, immer werden die Spielregeln so den unterschiedlichen Voraussetzungen von Familienangehörigen angepasst, dass sich alle gemeinsam im sportlichen Vergleich messen können. Die Zusammensetzung der Teams ist dabei meist gemischt, Regeln sind abgewandelt und vereinfacht. Doch es kommt nicht in erster Linie auf den sportlichen Wettkampf an, es zählen weniger die Ergebnisse als die Erlebnisse.



# Familienporturlaub hält für jeden etwas bereit.



Sportvereine und Sportorganisationen sind Spezialisten für Wochenend- und Ferienprogramme sowie für Sportreisen und bieten hier auch eine Vielzahl ausgewiesener Angebote für Familien an.



Das Spektrum reicht von Familienfreizeiten, Lauffreizeiten und Ausflügen der Vereine über Familienporturlaube und Sportschnupperangebote von Verbänden bis hin zu Sportreisen für Familien der Bildungswerke des Sports.

## Ob Sauerland, Dolomiten oder Slowenien – das Angebot beim Familienporturlaub hält für jeden etwas bereit.

So bietet der TG Hörste Familienfreizeiten im Feriendorf auf Borkum an. Das Bildungswerk des Landessportbundes NRW organisiert Familienfreizeiten mit dem Motto »Sport für die Familienbande« in der Sportschule im Sauerland, aber auch »Wandern in Österreich«, »Familienbergwochen in den Dolomiten« oder ein »Familien-Sport-Camp in Slowenien«.

## Aus dem Familienporturlaub entwickelt sich nicht selten eine regelmäßige sportliche Vereinsaktivität.

Bei den zuvor beschriebenen Urlaubsangeboten steht oft ein vielseitiges gemeinsames Sportprogramm neben geselligen Aktivitäten im Mittelpunkt. Hier kann Sport, Spiel und Bewegung neu und anders erlebt werden. Diese Urlaubserlebnisse bieten für Familien einen Einstieg in alltägliche Sportaktivitäten, die dann in regelmäßigen Angeboten der Vereine weiter entfaltet werden können.

Daneben sind Sportorganisationen besonders in natursportlichen Urlaubsangeboten Experten. Der Deutsche Alpenverein (DAV) und seine Vereine haben vorbildlich ihre Angebote familienfreundlich entwickelt.

## Gibt es etwas Schöneres, als zusammen mit der Familie in der Natur unterwegs zu sein?

Bergsteigen mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen bietet für alle gleichermaßen die Chance, gemeinsam etwas zu unternehmen, Natur und Berge zu erleben und derart gesunde Bewegung, Spaß, Entspannung und Freude miteinander zu verbinden. Im Ausbildungskonzept des DAV ist der »Familiengruppenleiter« fest verankert, der die Gründung und Betreuung von Familiengruppen in den Vereinen gewährleisten soll. Neben Bergsteigen, Klettern und Wandern werden von den DAV-Vereinen auch allgemeine und regelmäßige Familienportangebote organisiert.

## Eltern-Kind-Turnen, Babyschwimmen oder Tennis: Der Sport knüpft Familienbande besonders über seine regelmäßigen Familienportangebote in den Vereinen.

Ein gutes Beispiel dafür, wie Sporturlaub mit regelmäßigen Familienportangeboten im Verein verbunden werden kann. Andere Natursportarten wie Kanu-, Rad- und Skifahren sind ausgewie-



sene Vereinsangebote im Familiensport. Auch wenn andere Träger (z.B. Wohlfahrtsverbände, Kirchen, Sportämter) regelmäßige Familiensportgruppen organisieren, so sind hier die Sportvereine bezüglich der Anzahl der Angebote weit an der Spitze.

.....  
**Fast jede Bewegungsform und Sportart kann zum Anlass von Familiensport genommen werden.**  
 .....

Der Klassiker spezieller Familiensportangebote der Sportvereine sind das »Eltern-Kind-Turnen« und das »Baby- und Kleinkindschwimmen«. Sie sind in fast jedem Großverein zu finden. Aber auch Sportarten wie Tennis, Fußball, Hockey, Eislaufen, Inline-Skaten können von Familien gemeinsam betrieben werden, wenn die Anforderungen so differenziert werden, dass unterschiedliche Voraussetzungen angemessen berücksichtigt werden. Sportvereine haben sich hier auf ein familienfreundliches Experimentieren mit ihren Sportarten eingestellt und begonnen, entsprechende Angebote für Familien zu gestalten.

.....  
**FIF – Die Familie in Form: Ein Praxisbeispiel aus Schleswig-Holstein zeigt, wie man die gesamte Familie anspricht und zugleich jedes ihrer Mitglieder berücksichtigt.**  
 .....

Mancherorts werden auch besondere Familiensportgruppen mit fantasievollen Namen wie z.B. »Purzelgruppen« oder

»Familien-Sporteln« und auch eigenständigen Konzeptionen, beispielsweise »Babyfitness« oder »FIF–Familie in Form«, entwickelt. Ein besonders intensives Programm zum Familiensport ist in Schleswig-Holstein erprobt und umgesetzt worden. Im FIF–Programm wird regelmäßig und zu familienfreundlichen Zeiten die gesamte Familie »bewegt«. Man kommt gemeinsam, beginnt und beendet das Programm gemeinsam und verlässt auch die Sportstätte gemeinsam. Neben den gemeinschaftlich ausgeübten Aktivitäten sollen allerdings auch die eigenen Neigungen nicht zu kurz kommen. Entsprechend der Wünsche und Vorerfahrungen der Kinder oder der Eltern gibt es eigene Sportaktivitäten. Wichtig ist, dass keinerlei sportliche Vorerfahrung vorausgesetzt wird: Das gemeinsame Sporttreiben steht im Vordergrund. Das Programm umfasst die Bausteine Ausdauer, Haltung, Spielen, Koordination, Wahrnehmung und Ernährung. Die Bausteine ziehen sich als roter Faden durch das gesamte Kursprogramm und bilden den Rahmen für den Familiensport. Die Inhalte orientieren sich an aktuellen Ideen einer altersgerechten Umsetzung von Sport im Kreis der Familie, aber auch an einer umfassenden Gesundheitsförderung.

# Zukunft eines familienfreundlichen Sportvereins

Ein familienfreundlicher Sportverein versucht sich bewusst aktiv für die Verbesserung der eigenen Angebote und Strukturen in Bezug auf die Familien im lokalen Umfeld einzusetzen. Dies kann am besten gelingen, wenn sich die Vereine in einen Dialog mit ihren Mitgliedern und auch mit (möglichen) Kooperationspartnern begeben.

Familienfreundlichkeit ist ein politisch und gesellschaftlich bedeutsames Thema. Hier sind nicht nur Sportvereine „am Start“, zahlreiche Initiativen und Netzwerke (z.B. Familienzentren, Lokale Netzwerke, bundesweite Programme wie IN FORM) können gemeinsame Ressourcen und Möglichkeiten erschließen helfen. „Familie kommt an“ in Nordrhein-Westfalen - ist hier Motto und zugleich Aktionsplan der Landesregierung zum Memorandum des Aktionsbündnisses für familiengerechte Kommunen (2009) und vernetzt die zahlreichen Aktivitäten im Land NRW!

Welche Kriterien für „Familienfreundliche Sportvereine“ genannt werden können, wurde im gleichnamigen Wettbewerb des Landessportbundes NRW deutlich:

- » Aussagen zur Familienfreundlichkeit des Sportvereins formuliert in seinen Zielsetzungen
- » Organisatorische Zusammenfassung des Bereichs
- » „Familiensport“
- » Regelmäßige Sportangebote für die ganze Familie
- » Regelmäßige gesellschaftliche bzw. kulturelle Angebote für die ganze Familie
- » Einzelveranstaltungen für Familien
- » Mitgliederentwicklung durch Eintritt ganzer Familien in den Verein
- » Vorhandensein von besonders geschultem Personal
- » Vorhandensein spezieller Räumlichkeiten für Familien
- » Familienfreundliche Beitragsgestaltung
- » Familienfreundliche Angebotszeiten
- » Familienfreundliche Öffentlichkeitsarbeit
- » Zusammenarbeit mit lokalen außersportlichen Kooperationspartnern

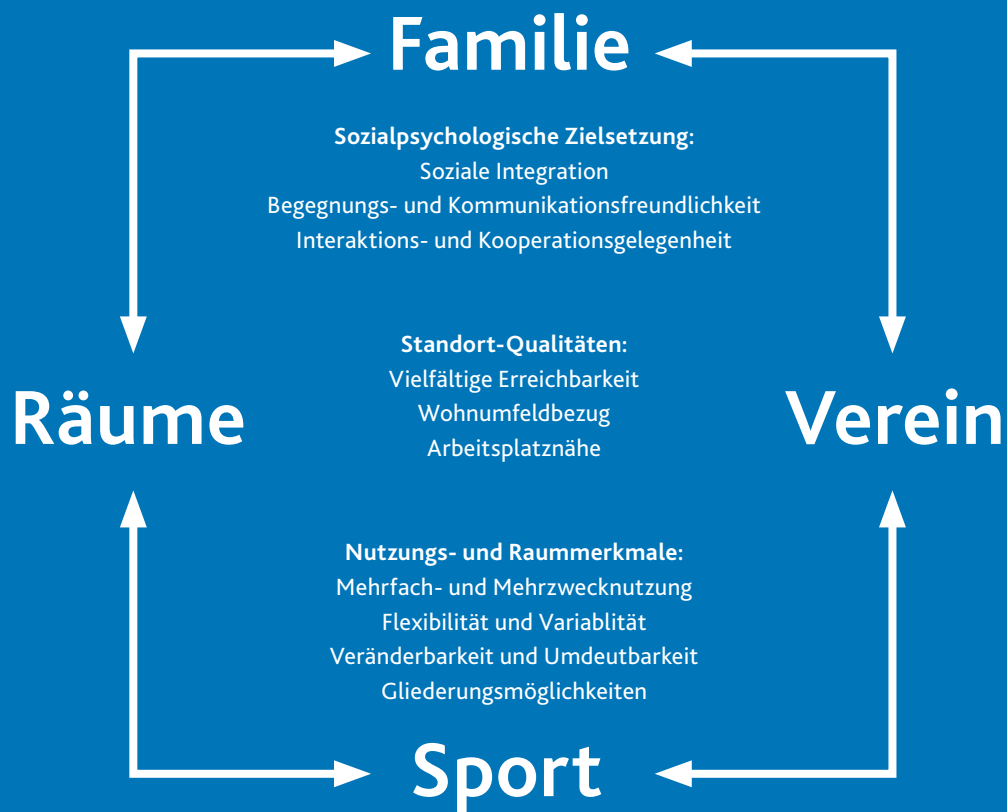
Im Zusammenspiel mit den Lokalen Bündnissen für Familien lassen sich folgende Handlungsfelder für familienfreundliche Sportvereine nennen:

1. Kinderbetreuung mit Schwerpunkt Auf- und Ausbau qualitativ hochwertiger Betreuungsangebote auf Basis von Kooperationen mit Schulen, Kindergärten und Kitas.
2. Vereinbarkeit von Familie und Beruf basierend auf der zeitlichen und logistischen Entlastung der Eltern im Kontext außerhäuslicher Bewegungs- und Freizeitangebote durch den Sportverein.
3. Familienfreundliches Wohnumfeld mit Schwerpunkten im Erhalt und Ausbau von Vereins- und Sportinfrastrukturangeboten als wesentlicher Beitrag zur Attraktivität von urban, suburban und ländlichen Wohnumfeldern.
4. Gesundheit und Pflege mit Schwerpunkt der gesundheitlichen Prävention durch Sport und Bewegung beeinflussbarer Krankheitsbilder.
5. Erziehungsverantwortung wahrnehmen mit dem Schwerpunkt in Bereichen der bildungsbegleitenden Vermittlung sport-/gesellschaftsimmanenter Werte wie Fairness, Toleranz und Zielstrebigkeit im Mannschafts-/Gruppenverband.
6. Generationenübergreifendes und ehrenamtlich gestärktes Eintreten für ein familienfreundliches Umfeld in Kommunen und Gemeinden.

## Utopie einer familienfreundlichen Sportanlage

Mittel- und langfristiges Ziel in unserer Gesellschaft muss es sein, familienfreundliche Sportanlagen für erlebnisreichen Familiensport zu schaffen.

Die unterschiedlichen Nutzerwünsche von Familien werden in Zukunft konsequenter als früher die Raum- und Erlebnisqualitäten von Sportanlagen bestimmen. Die bisher im Sportstättenbau verwendeten Richtlinien und Baunormen (z.B. DIN 18032 für Sportgebäude oder DIN 18035 für Sportfreianlagen) bieten nur sehr pauschale und einseitig ausgerichtete Planungshilfen an.



Die Qualitäten einer familienfreundlichen Sportanlage können dabei als Beziehungsgeflecht der oben stehenden Basismerkmale dargestellt werden.



Eine nachhaltige Durchsetzung des Qualitätsmaßstabs »Familienfreundlichkeit« im Sportstättenbau kann nur erreicht werden durch stärkere Differenzierung

- » der im Planungsprozess zu berücksichtigenden Nutzer (Familien), Betreiber und Investoren von Sportanlagen,
- » der Grundbedürfnisse, Verhaltensweisen und Verwendungsinteressen der Familien in Bezug auf die Anlagen,
- » der Nutzungs- und Erlebnismöglichkeiten in den Sportanlagen,
- » der Raumangebote in den Sportanlagen,
- » der Methoden und Planungsmittel für den Neu- und Umbau von Sportanlagen.

.....  
**Was zeichnet eine familienfreundliche Sportanlage aus?**  
.....

Eine familienfreundliche Sportumwelt besteht aus:

- » Anlagen mit vielfältig nutzbaren Sport-, Spiel- und Freizeiträumen (z.B. Sport-Mehrzweckhallen, Freizeitsportanlagen, Freizeit-/Spiel-parks),
- » Anlagen mit differenziertem Begegnungs- und Kommunikationsangebot für alle Familienmitglieder (u.a. gastronomische Angebote, Beratungs-/ Informationsmöglichkeiten, Räume für Geburtstagsfeiern, Betriebsjubiläen, Ausstellungen),
- » Anlagen als Kombination von bewegungs- bzw. aktionsbetonten und ruhe- sowie entspannungsfördernden Erlebnisangeboten (z.B. Erfahrung polarer Wechselbeziehungen zwischen An- und Entspannung, Ruhe und Aktion, laut und leise, Fröhlichkeit und Besinnung),
- » Anlagen für störungsfreie parallele Einzelnutzungen und gemeinschafts-/ gruppenbetonte Nutzungen (getrennte und verbundene Räume unterschiedlicher Größe und Ausstattung mit mobilen oder fest eingebauten Raumteilern),
- » Anlagen mit – in vielen Bereichen von den Nutzern selbsttätig und eigenverantwortlich veränderbaren – Räumen für wechselnde Nutzergruppen und Nutzungsanforderungen (u.a. Raumgröße, Beleuchtung, Luftqualität, Akustik, Geräteausstattung),

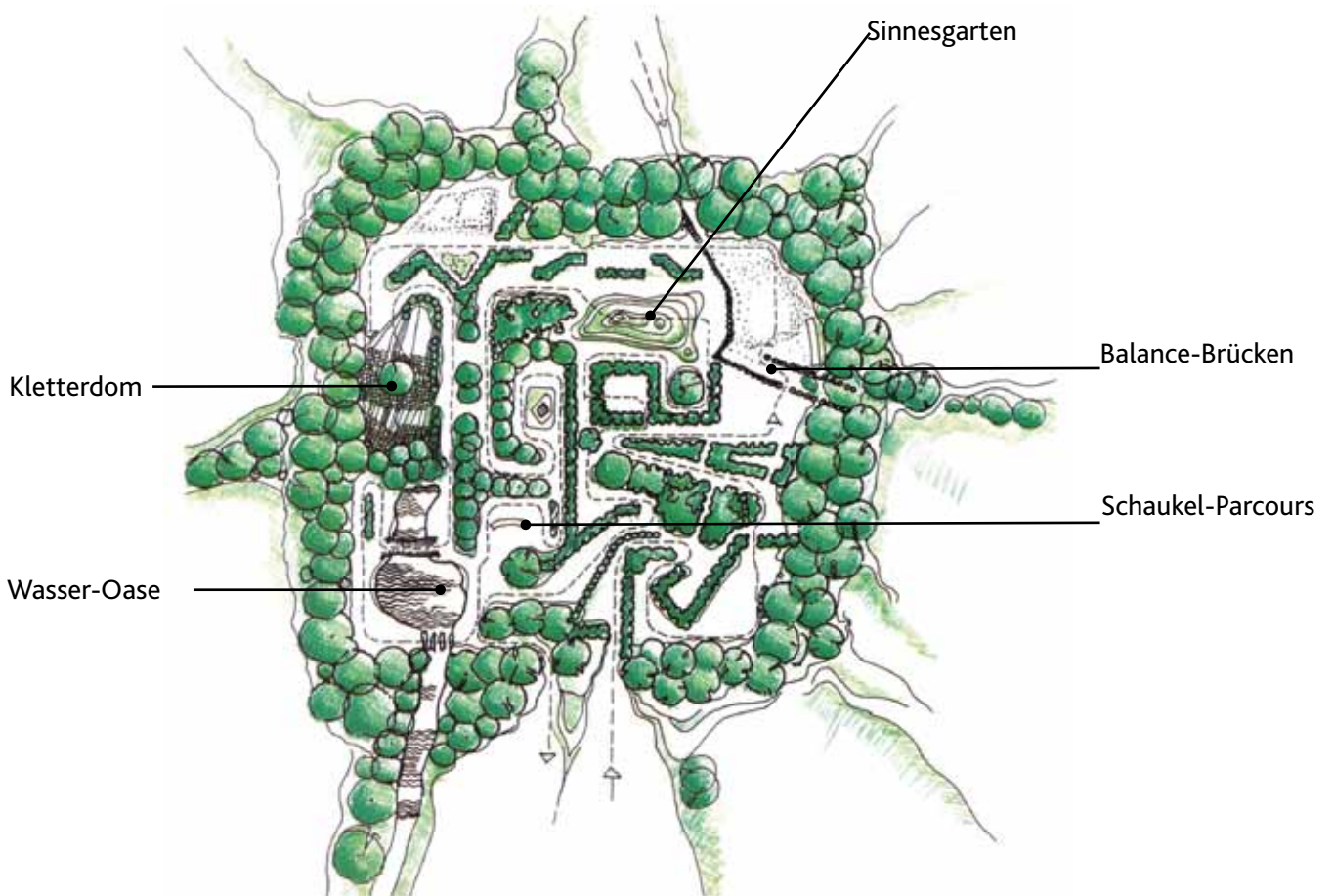
- » Anlagen mit Teilzonen nicht festgelegter Nutzungszuweisung (nutzungsneutrale Raumausstattung mit maximalen, auch kurzfristig durchführbaren Veränderungsmöglichkeiten), Anlagen mit der strukturellen Offenheit für Trendentwicklungen im Sport- und Freizeitbereich (u.a. für Anforderungen im sich zur Zeit dynamisch entwickelnden Gesundheits-/ Ausdauer-/ Erlebnissport),
- » Anlagen mit Räumen und Programmangeboten für den institutionalisierten bzw. formellen und informell organisierten Sportbetrieb an gemeinsamen Standorten (enge Kombination der Anlagentypen »Sportstätten« und »Sportgelegenheiten«),
- » Anlagen als alltagsintegriertes und gut erreichbares Nutzungsangebot (z.B. Verbesserung der Spiel- und Sportgelegenheiten für informell organisierte Nutzer),
- » Anlagen, die sich durch Symbiose zwischen Einfachheit und »abwartender« Offenheit sowie Erlebnisvielfalt und spezifischer Funktionalität auszeichnen (Beispiele: Finnenbahn, Sandspielflächen, Rasenflächen, Freiluftthallen oder Spielscheunen),
- » Anlagen ohne bzw. mit niedrigen und gestaffelten Nutzungsgebühren und Betriebskosten (z.B. von den Nutzern selbst hergestellte und gepflegte Anlagen/-teile).

.....  
**Welche familienspezifischen Qualitätsmerkmale müssen bei der Planung verbunden werden?**  
.....

Das Entwicklungsziel »Familienfreundlichkeit« lässt sich für die Planung von Vereinssportanlagen unter drei eng miteinander verbundenen Gesichtspunkten beschreiben:

- » sozialpsychologische Zielsetzung,
- » Standortqualitäten,
- » Nutzungs- und Raummerkmale.

Skizze „Bewegungslabyrinth“ bzw. „Spiellabyrinth“



Konzept von J.Koch, veröffentlicht in: Koch.J./Meyer-Buck,H. (1997):  
Zukunftsorientierte Sportstättenentwicklung - Orientierungshandbuch für Vereine und Kommunen, Band 3:  
Naturnahe Gestaltung von Spiel- und Sportanlagen; Planungsbeispiele für Schule, Freizeit und Verein.  
Hrsg.: ZNWB - Sekretariat der KMK / Landessportbund Hessen e.V., Frankfurt a. M. / Berlin, Oktober 1997

Verein der Zukunft?

Gibt es auch  
Ausflüge?

Integration!

Umweltfreundlich?

Ich hätte gerne eine gemütliche Atmosphäre!

Modern!

Wettbewerbe?

International!

Viele verschiedene Angebote!

Können meine Kinder den Verein allein erreichen?

# Nützliche Kontakte

## Adressen und Links

**Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.**  
Referat Breitensport/Sporträume  
Fachbereich Familie, Generationen, Trends und Innovation  
Anke Borhof  
Friedrich-Alfred-Str. 25  
47055 Duisburg  
Tel. 0203 7381-861  
Fax 0203 7381-3929

E-Mail: [Anke.Borhof@lsb-nrw.de](mailto:Anke.Borhof@lsb-nrw.de)  
Internet: <http://www.lsb-nrw.de>

**Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport  
des Landes Nordrhein-Westfalen**  
Haroldstraße 4  
40213 Düsseldorf  
Tel. 0211 837-02

Internet: <http://www.mfkjks.nrw.de/familie>

**Aktion der Landesregierung:  
Familie kommt an in Nordrhein-Westfalen**  
Audit familiengerechte Kommunen  
Familien Zentrum NRW  
Aktionsbündnis für familiengerechte Kommunen

Internet: <http://www.familie-in-nrw.de>

**Fachhochschule Düsseldorf**  
Fachbereich Sozial- und Kulturwissenschaften  
Prof. Dr. Harald Michels  
Universitätsstraße, Gebäude 24.21  
40225 Düsseldorf  
Tel. 0211 / 81 – 14632

E-Mail: [harald.michels@fh-duesseldorf.de](mailto:harald.michels@fh-duesseldorf.de)  
Internet: <http://soz-kult.fh-duesseldorf.de/>

**Deutscher Olympischer Sportbund**  
Geschäftsbereich Sportentwicklung  
Ressort Chancengleichheit & Diversity  
Ute Blessing-Kapelke  
Otto-Fleck-Schneise 12  
60528 Frankfurt am Main  
Tel. 069 / 67 00 295  
Fax 069 / 67 001 295

E-Mail: [blessing-kapelke@dosb.de](mailto:blessing-kapelke@dosb.de)  
Internet: <http://www.dosb.de/de/Sportentwicklung>

**Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend**  
Internet: <http://www.bmfsfj.de>

**Servicebüro – Lokale Bündnisse für Familien**  
Charlottenstraße 65, 10117 Berlin  
Argelanderstraße 1, 53115 Bonn  
Tel. 0180/5252212  
Fax 0180/5252213

Internet: <http://www.lokale-buendnisse-fuer-familie.de>

### Bundesforum Familien

Inselstr. 6a  
10179 Berlin  
Tel. 030 – 275817490

E-Mail: [info@bundesforum-familie.de](mailto:info@bundesforum-familie.de)  
Internet: <http://www.bundesforum-familie.de>

**Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband,**  
Fachforum Familienselbsthilfe  
Ansprechpartner: Martin Kuenstler  
Tel. 0202/2822254

E-Mail: [kuenstler@paritaet-nrw.org](mailto:kuenstler@paritaet-nrw.org)  
Internet: <http://www.paritaet-nrw.org>

### Familienbildung in NRW

Internet: <http://www.familienbildung-in-nrw.de>

**Arbeitsgemeinschaft der Spitzenverbände der Freien  
Wohlfahrtspflege des Landes Nordrhein-Westfalen**  
Ansprechpartner: Martin Stockmann  
Tel. 0201 812028-114

E-Mail: [lagfw@caritas-essen.de](mailto:lagfw@caritas-essen.de)  
Internet: <http://www.freiewohlfahrtspflege-nrw.de>

### Elternnetzwerk Nordrhein-Westfalen

Ansprechpartner: Antonio Diaz  
Tel. 0228 341399

E-Mail: [basis18@aol.com](mailto:basis18@aol.com)  
Internet: <http://www.elternnetzwerk.nrw.de>

**Landesarbeitsgemeinschaft der Familienverbände  
in Nordrhein-Westfalen (LAGF)**  
Ansprechpartner: Frauke Grevén

Tel. 02203 991166  
E-Mail: [info@lagf-nrw.de](mailto:info@lagf-nrw.de)  
Internet: <http://www.familienverbaende-nrw.de>

**Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.**

Friedrich-Alfred-Straße 25  
47055 Duisburg

Tel. 0203 7381-0

Fax 0203 7381-616

E-Mail: [Info@lsb-nrw.de](mailto:Info@lsb-nrw.de)

[www.lsb-nrw.de](http://www.lsb-nrw.de)